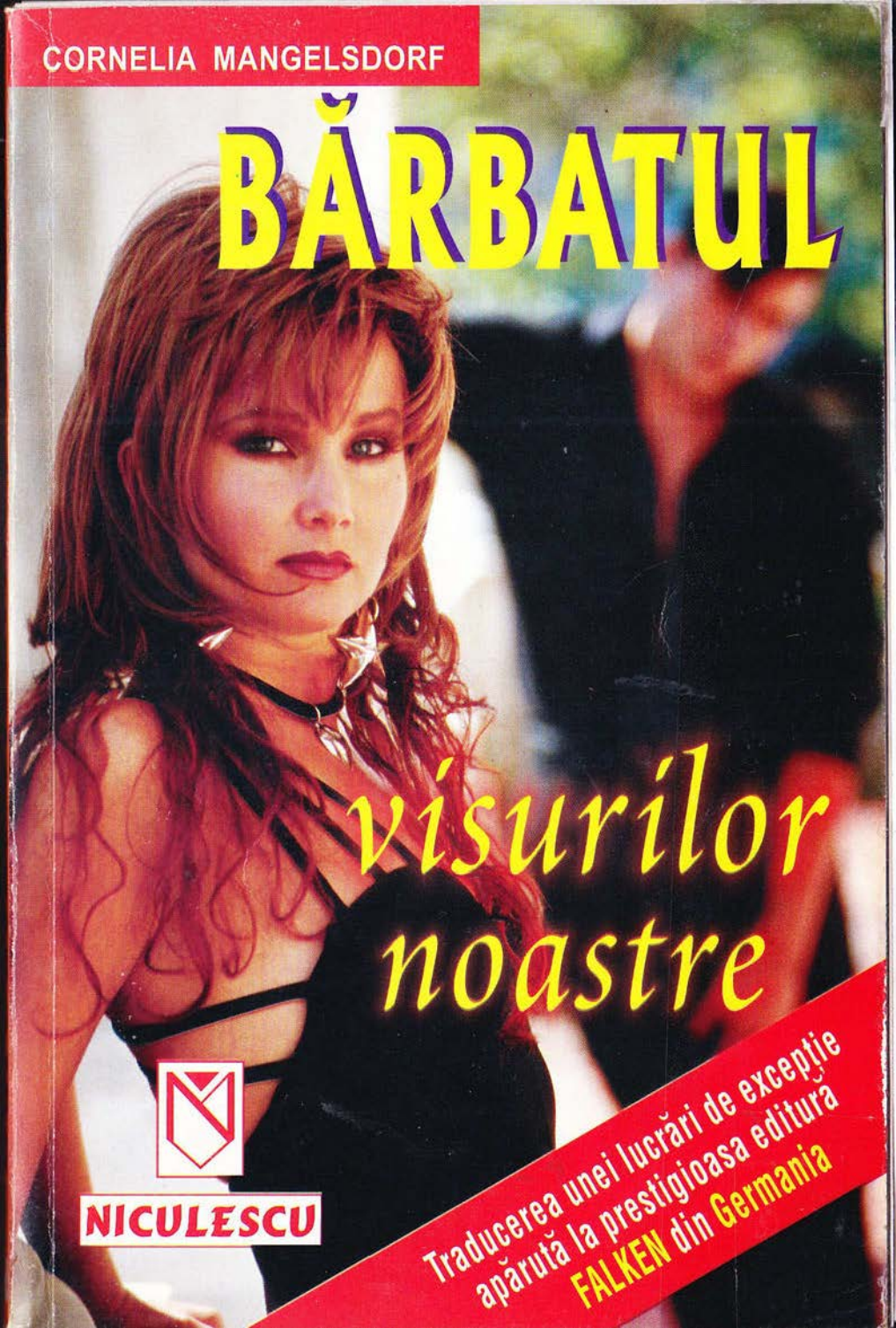
CORNELIA MANGELSDORF

BĂRBATUL visurilor noastre



NICULESCU

Traducerea unei lucrări de excepție apărută la prestigioasa editură FALKEN din Germania

Unde se află bărbatul visurilor noastre, gata să ne însoţească prin întâmplările vieţii la bine şi la rău, omul la al cărui piept protector ne putem cuibări şi care nu se va face nevăzut tocmai când avem mai multă nevoie de el? Unde vom descoperi unul din rarele exemplare ale acestei specii pe care o numim "bărbatul ideal"? De unde vom lua optimismul necesar pentru un nou început, pentru o nouă idilă? Iată câteva întrebări la care încearcă să răspundă autoarea acestei cărţi ce vă va ajuta să fiţi o visătoare cu mintea trează, îndeajuns de înţeleaptă pentru a vă feri de o alegere greşită şi destul de romantică pentru o mare iubire.

ISBN 973-568-566-3

LEI 90.000

CORNELIA MANGELSDORF

BĂRBATUL VISURILOR NOASTRE

Traducere: Adriana Rotaru

NICULESCU

©2000 by FALKEN Verlag, 65527 Niedernhausen/Ts.
Traummann auf den zweiten Blick by Cornelia Mangelsdorf

Pentru ediția în limba română

© Editura NICULESCU SRL, București, 2001
Adresa: 781821 – București, Sector 1
Str. Octav Cocărăscu 79, Tel/Fax: 222.03.72
Tel.: 224.24.80, 223.25.05
E-mail: edit@niculescu.ro
Internet: www. niculescu.ro

Tipărit la: SEMNE '94

ISBN 973-568-566-3

Prefață

La prima vedere s-ar zice că noi, femeile, avem noroc cu carul, căci futurologii prevestesc într-un glas: viitorul e de genul feminin. Competența feminină este și va fi în continuare excelent cotată la bursa valorilor. Talentul nostru de a întinde o mână de ajutor omului de alături, comunicativitatea și intuiția noastră se bucură de altă prețuire decât până acum. Însă toate acestea nu ne simplifică deloc existența pe plan personal. În prezent ne stau la dispoziție multiple posibilități de a ne trăi viața. Totuși purtăm în noi o dorință ce pare tot mai greu de dus la îndeplinire – și anume aceea de a găsi partenerul potrivit, de a îndrăzni să-l iubim și să construim cu el o relație stabilă și profundă. Unde se află bărbatul visurilor noastre, gata să ne însoțească prin întâmplările vieții la bine și la rău, omul la al cărui piept protector ne putem cuibări și care nu se va face nevăzut tocmai când avem mai multă nevoie de el?

Unde vom descoperi unul dintre rarele exemplare ale acestei specii, pe care o numim „bărbatul ideal"? Și, mai ales, de unde vom lua optimismul necesar pentru un nou început, pentru o nouă idilă, când orice femeie ce posedă un cât de mic bagaj de experiență în materie de dragoste suflă sceptică și în iaurt, întrucât s-a prăjit (cel puțin) o dată cu supa fierbinte?

Este posibil ca exemplarul rarisim din specia suspomenită să ne vină în întâmpinare altfel decât ne-am imaginat. Probabil va fi mai puțin seducător decât acele top-modele masculine din reclamele cu care televiziunea ne alimentează

iluziile. Poate nu stăpâneşte suficient de bine metodele de a atrage atenţia asupra sa, astfel încât să se facă remarcat de femei. Pe de altă parte, se prea poate ca noi înşine să-i fi ocolit până acum pe bărbaţii cu adevărat valoroşi, să nu-i fi observat în preajma noastră pentru simplul fapt că am preferat mereu masculii superbi, inşii cu înfăţişare spectaculoasă – care de altfel, priviţi mai îndeaproape şi mai îndelung, s-au dovedit a fi nişte păuni cu pene de împrumut.

În concluzie, merită să ne acordăm un răgaz de gândire, ca să ne întrebăm de ce nu l-am întâlnit încă pe bărbatul ideal, în ce măsură suntem chiar noi responsabile pentru această neîmplinire şi din ce pricină cădem atât de uşor în braţele celor ce ne vor provoca suferinţă. Iată care ar fi primul meu răspuns, întrucâtva simplificator, la aceste întrebări: nu-i privim cu destulă atenţie pe oamenii cu care avem de-a face şi atribuim calităţi inexistente unora pe care ar fi mai bine să-i evităm. Suntem prea puţin meticuloase în „investigaţiile" noastre privitoare la partenerul potrivit şi eventual emitem semnale ce-i atrag pe neaveniţi.

În fond, cum am putea defini bărbatul ideal? În primul rând, ar trebui să precizăm ce nu este el în nici un caz: un individ care te orbeşte cu farmecul său. E mai curând un bulgăre de aur veritabil, ceea ce se cheamă îndeobşte un tip cumsecade, un bărbat şi un om înzestrat cu reale valori sufleteşti, unul care nu-ţi sare în ochi, ci trebuie descoperit. Poate că este bărbatul din rândul doi, unul care nu face multă zarvă în jurul persoanei sale, unul într-adevăr capabil, inteligent şi sensibil, dar care n-a învăţat pe de rost întregul ceremonial al seducţiei. Unul pe al cărui umăr putem plânge şi pe al cărui braţ ne putem sprijini, însă care nu ne impresionează niciodată de la prima vedere.

Aşadar, să ne uităm scrutător în preajmă şi să exersăm o schimbare de optică. Vă propun ca, din acest moment, să-i lăsăm pe prinţii din poveste să treacă pe lângă noi fără a-i opri şi, în schimb, să ne îndreptăm atenţia spre bărbaţii care aşteaptă să fie descoperiţi. Să cercetăm lumea cu o privire nouă:

indiferentă faţă de bicepşii de oţel şi ocheadele languroase, dar atentă la bărbatul care se ascunde.

A fi receptivă la lucruri noi înseamnă de fapt mult mai mult decât a deschide ochii pur şi simplu. Înseamnă să-ţi deschizi în acelaşi timp inima şi mintea, să te deprinzi a discerne esenţialul şi să devii puţin câte puţin mai realistă.

Dacă sunteţi de acord să parcurgeţi împreună cu mine această carte, ea vă va ajuta să fiţi o visătoare cu mintea trează: îndeajuns de înţeleaptă pentru a vă feri de o alegere greşită şi îndeajuns de romantică pentru o mare iubire.

I. Țelul: Visătoarea cu mintea trează

Înainte de a păși pe calea către făgăduința unei fericiri în doi, este important să ne clarificăm situația prezentă. Ce fel de bărbați circulă în mediul nostru? În ce categorii îi putem grupa? În care dintre ei îi ghicim pe cei ce ne vor pierde pe drum, așa cum își uită cineva geanta cu echipamentul sportiv într-un vestiar, și care merită osteneala unei cercetări mai amănunțite?

Despre comozi, uituci și descurcăreți

De obicei sunt dulci ca vata de zahăr, iar genele lor mătăsoase ar putea concura cu cele ale unei păpuși Barbie. Dispun de un farmec în stare s-o îmblânzească până și pe cârcotașa mătușă Ilse. Bărbați ideali găsim pretutindeni: în orice caz, pe filele lucioase ale calendarelor și în prospectele publicitare. Însă, în viața de toate zilele, aleșii noștri nu sunt neapărat așa cum presupunem noi.

Câteodată ne cad pe cap ca o pacoste, iar când ne părăresc, ne simțim istovite, ca după o boală grea. Sunt feți-frumoșii din barurile cochete ale marilor orașe, cei ce seamănă primejdios de bine cu Adonis, având în plus dexteritatea de a evalua fără menajamente și cu o viteză record trupul unei femei. Colegii atrăgători de la birou, care nu se sfiesc să ne săgeteze cu priviri adânci din ochii lor căprui-catifelați, iar după trei zile dispar în pauza de prânz cu alta. Sau indivizii care ne proclamă drept femeia vieții lor, pentru ca apoi, câteva săptămâni mai

târziu, să-și ia rămas-bun pe vecie cu două vorbe transmise prin e-mail. Sunt acei bărbați care ne lasă încremenite în fața unui morman de cioburi. Cum spuneam, distrații ce-și uită geanta la vestiar. „Cum de ni se întâmplă așa ceva?", ne întrebăm atunci – și suntem confuze, rănite, debusolate, demoralizate.

Lupul în blană de oaie

Distrații ce-și uită geanta cu echipamentul de gimnastică, descurcăreții care-și găsesc de fiecare dată un loc la umbră în parcare și comozii, amatori de dușuri călduțe: cine nu i-a întâlnit măcar o dată în viață? Specia e larg răspândită pe planeta noastră, semnul ei distinctiv fiind lupul deghizat în blană de oaie, pe care, din păcate, îl recunoaștem ca atare abia după ce ne-a sângerat un pic inima. Dar ce chipeș era și ce senzual, iar sărutările lui – o revelație! Numai că, recapitulându-i acum faptele și gesturile, constatăm că nimic n-a fost cum s-ar fi cuvenit. A mințit sau ne-a înșelat, și-a încălcat promisiunile ori a flirtat cu cine nu trebuia. La prima vedere păruse un om pe care ne puteam bizui. În realitate însă, n-a fost nicicând lângă noi și nici n-are să fie.

Mai târziu ne vom da seama că am suferit de orbul găinilor și că, până la urmă, avertismentele prietenilor și ale familiei nu fuseseră chiar atât de absurde. Vom înțelege că ne-am păcălit singure, stăruind să credem în așa-zisele însușiri minunate ale acelui ins, doar pentru că ne-am lăsat amețite de șoaptele dulci, suflate în ureche de buzele lui senzuale.

Deseori, femeile se grăbesc să facă alegeri greșite: îl preferă pe fanfaronul cu mașina arătoasă, pe frumușelul parcă decupat dintr-o revistă ilustrată, cu splendizii lui ochi albaștri, sau pe magnificul povestitor de istorii fanteziste. Ca să spunem lucrurilor pe nume, aceasta se datorează faptului că, o dată îndrăgostite, femeile devin adevărate maestre ale proiecțiilor

subiective şi ale autoamăgirii. În plus, aflate în acest stadiu, ele sunt deosebit de generoase în privința trăsăturilor nu tocmai ideale ale partenerului, cu alte cuvinte nu se înduplecă nici în ruptul capului să renunțe la imaginea pe care şi-au inventat-o: aceea a unui bărbat nemaipomenit.

Ca regulă generală, bărbatul nemaipomenit e dotat cu umeri lați şi păr des, un sex-appeal turbat şi o predispoziție absolută spre fidelitate. Îşi ia concediu când îi naşte nevasta şi, în acelaşi timp, câştigă o groază de bani. El ne înțelege, ne ocroteşte, ne răsfață. Dar există oare acest bărbat fabulos? Desigur, din când în când – mai ales în filme. Uneori îşi face apariția şi în lumea reală, însă cel mai adesea doar pentru un scurt răstimp. În rest, există numai chipul acestui bărbat, plăsmuit în visele noastre şi în crepusculul proiecțiilor afective.

Irezistibilul cu priviri hipnotizatoare ne poate face rău în două moduri: pe de-o parte, dispărând la un moment dat fără veste şi fără motiv din viața noastră, iar pe de alta, închizându-ne calea spre ceva mai bun, adică împiedicându-ne să-l vedem pe cel ce trebuie privit de două ori pentru a observa că el este într-adevăr partenerul perfect; cel ce scapă atenției noastre fiindcă e mai tăcut, mai modest şi nu ştie să se pună în valoare la fel de bine ca îndemânaticul care-şi parchează mereu maşina la umbră. Adesea, el se jenează pur şi simplu să vorbească unei femei din priviri şi nu are suficientă abilitate şi siguranță de sine, ca să se prezinte într-o postură avantajoasă.

Tipul din rândul doi

Poate că partenerul într-adevăr perfect se apropie de noi cu prea multă delicatețe. El nu cunoaşte codul insinuării în intimitatea noastră sau nu se pricepe să ne ia în stăpânire cu impetuozitatea necesară. Probabil că e tipul deprins să se resemneze de fiecare dată cu un loc în rândul doi, fiindcă îi lipseşte curajul de a se face

remarcat. Cu toate acestea, el poate fi posesorul unor calități ieşite din comun, eventual dovedindu-se chiar omul capabil să ne dăruiască realmente ceea ce ne-am dorit întotdeauna – de pildă, pentru că e cel mai talentat ascultător din lume, amantul cel mai sensibil şi mai plin de fantezie, pentru că ne oferă trandafiri cu maximum de tandrețe şi ne mângâie spinarea cu degete de catifea.

Atenție însă: aceasta nu se vrea nicidecum o pledoarie în favoarea celor tăcuți şi cuminți, plicticoşi şi închişi în sine. Bărbații din categoria amintită pot fi la fel de neaveniți ca şi „toreadorii" gălăgioşi, porniți la vânătoare de trofee, ce-şi etalează virilitatea prin baruri. Totuşi, există destule şanse ca ei şi nu alții să fie partenerii potriviți.

Când femela şi masculul ajung față în față, este vorba în primul rând de un lucru: de atracție. Din fericire, acolo unde intră în joc emoțiile, nu mai avem posibilitatea să ne mințim singure. Zadarnic ne vom strădui să-l găsim fermecător pe cutare individ, dacă în inima şi în stomacul nostru nu tresare nimic. Golul ivit în stomac sau loviturile de ciocan ale inimii reprezintă termometrul infailibil al sentimentelor noastre: ca să ne îndrăgostim de-a binelea, trebuie să se pună în mişcare adrenalina.

Ieşiți din tipare, căutați noul

Pentru a vă lărgi perspectiva, puteți face următorul experiment: colindați o zi întreagă oraşul, cercetându-l cu alți ochi. Încercați să-i zăriți acum pe acei bărbați pe lângă care obişnuiți să treceți cu indiferență. Nu puteți şti în ce măsură ați pierdut din vedere o tainică diversitate, numai fiindcă v-ați concentrat cu totul asupra etichetei „amant latin", ori ați visat obsesiv la un Brad Pitt.

Ieşiţi din tiparele dumneavoastră curente şi căutaţi noul, adică pe bărbaţii care până acum nu vi s-au părut demni de a fi luaţi în seamă. De astă dată, nu lăsaţi să vă scape nimic. Uitaţi-vă mai insistent în ochii unui bărbat a cărui înfăţişare nu vă spune mare lucru – şi aşteptaţi să vedeţi ce urmează. Nu e exclus ca iniţiativa dumneavoastră să vă prilejuiască o descoperire: să aflaţi, de exemplu, că şi un „tip banal" poate răspunde cu priviri electrizante atunci când e provocat, sau că aţi omis să observaţi o mulţime de oameni, deoarece vă interesau exclusiv cei nepotriviţi.

Dar, până să ajungem la şocul care ne vindecă, de multe ori vom trăi mai întâi altceva: un eşec răsunător.

Marele eşec

Pe acesta nu-l poate ocoli cea care doreşte să devină o inamică redutabilă a seducătoarelor de profesie, învăţând cum să le smulgă masca. Este examenul de maturitate la obiectul de studiu „iubire" – şi confruntarea cu aspectele ei într-adevăr sumbre. Eşecul rezultă din întâlnirea cu un presupus partener ideal. În orice caz, el asta pretinde a fi. Până la urmă însă, îşi uită la vestiar geanta cu echipamentul sportiv, aşa cum a făcut Carsten.

„Iată-mă, sosesc!"

Carsten ştie să transforme prezenţa lui într-un spectacol. Îşi alege cu grijă îmbrăcămintea, are o meserie ce inspiră respect, iar în orăşelul în care trăieşte, de când s-a născut, de cum se arată pe undeva, îndată se şi plasează în centrul atenţiei, datorită atitudinii lui subtil studiate, ce pare să anunţe cu surle şi trâmbiţe: „Iată-mă, sosesc!". Toată lumea îl cunoaşte, cum se

zice, ca pe un cal breaz, printre altele şi pentru că îşi petrece mare parte din timpul liber într-o anume cafenea, una şi aceeaşi. Acolo iese în lume, se pune la curent cu ultimele bârfe şi le transmite mai departe, află cine duce lipsă de un prieten sau cine a mai sosit în oraş.

Într-o bună zi, a apărut în peisaj Tina. Ea îl cunoscuse pe Carsten cândva, pe vremea când învăţau împreună la aceeaşi şcoală. În toţi anii scurşi între timp locuise prin alte oraşe, iar acum noul ei serviciu o adusese înapoi pe meleagurile natale. Aici, printr-un prieten comun, l-a revăzut pe Carsten, găsindu-l plin de farmec şi interesat de persoana ei. El a aplicat pe loc metoda ce zăpăceşte fără greş aproape orice femeie: punea neobosit întrebări, o asculta dând din cap şi nu-şi lua ochii de la Tina în timp ce ea povestea despre sine. Apoi i-a venit şi lui rândul să povestească. S-a priceput de minune să realizeze o apropiere extrem de intensă într-un timp foarte scurt. Părea sincer şi preocupat de ea. N-a fost deci o surpriză pentru Tina faptul că, într-o seară, după o mică petrecere în locuinţa lui, Carsten a dorit s-o sărute. De altfel, şi ea îl dorea. Bărbatul părea întruchiparea perfectă a visului ei. Era prietenos şi cultivat, tot ce istorisea reuşea să creeze impresia de altruism şi generozitate.

Mâinile lui căutau înfometate trupul Tinei şi ea n-avea nici un motiv să-l respingă, cu atât mai mult cu cât el deja îi sugerase că i-ar plăcea să aibă copii. Şi Tina voia să devină mamă. Era încredinţată că i se întâmplă ceva asemănător unui miracol. Abia venită în oraş, se pomenea că-i iese în cale un bărbat – şi ce bărbat!

Carsten i-a dat tot ceea ce putea el să-i dea – cuvinte frumoase, iar cel puţin în privinţa asta rezervele lui erau nelimitate. „Niciodată, cu nimeni, n-am mai trăit aşa ceva", murmura înfierbântat de patimă. Sau: „De ce nu te-am întâlnit mai devreme?" Vizitând-o pe Tina în apartamentul ei din oraşul învecinat, se entuziasmase dintr-o dată. „Şi aici m-aş putea simţi ca acasă", declama el pe un ton visător. Toată purtarea lui

dădea de înțeles că începuse să-și facă planuri pentru o viață împreună cu Tina. I-a arătat o casă, pe care avea de gând s-o cumpere pentru viitoarea sa familie. Dorea ca Tina să rămână însărcinată. Vorbea cu încântare și vervă despre destinațiile preferate ale proiectelor lui de călătorie. Toate acele locuri ce-l atrăgeau voia să i le arate și ei.

Cum s-a putut întâmpla?

Timp de zece săptămâni, lucrurile au părut să decurgă perfect între ei. „Suntem suflete pereche", se confesa el prietenilor apropiați. Apoi, totul s-a sfârșit într-o clipă. De ce, Tina n-a reușit să afle vreodată, căci bărbatul visurilor ei a găsit cu cale să pună capăt relației lor pe neașteptate – și anume, printr-un simplu mesaj pe e-mail. În acea zi, ea ar fi urmat să-și sărbătorească mutarea în noua locuință și invitase treizeci de musafiri. Dar, cu opt ore înainte de petrecere, din planurile ei de viitor s-a ales praful.

Prietenii care îi văzuseră de atâtea ori împreună clătinau din cap, muți de uimire. Care să fie cauza? Cum s-a putut întâmpla? Cei doi fuseseră doar un cuplu desăvârșit!

S-au emis diverse teorii în legătură cu ceea ce-l putuse îndemna pe Carsten s-o ia astfel la sănătoasa. „Autoritatea ta i-a inspirat teamă", și-au dat cu părerea niște prietene. „Pentru el, totul a fost numai un joc. Te-a dus de nas, ca să se culce cu tine", a conchis un bun prieten.

Tina avea propria ei versiune. După ce a cugetat aproape trei luni la incredibila poveste, a ajuns la următoarea concluzie: „Dacă nu mi-aș fi dorit atât de tare o iubire ca-n basme, aș fi sezisat din vreme câteva semnale suspecte. M-am autosugestionat cu ideea acestei iubiri eterne. Deși, de la bun început, realitatea mi-a pus sub ochi o serie de dubii, eu am refuzat să iau act de ele. Data viitoare am să las să treacă mai

întâi un timp înainte de a permite unui bărbat să intre total și necondiționat în viața mea. Și am să-l judec după fapte, în loc să cred imediat în cuvintele lui dulci".

Tina a suferit câteva luni, apoi și l-a scos din suflet pe Carsten – atât cât îți poți scoate din minte un bărbat pe care l-ai iubit din toată inima, chiar dacă pentru un timp foarte scurt. Nu i-a fost ușor, dar a izbutit două lucruri esențiale: să nu-și piardă credința în dragoste și să-l cunoască pe Carsten cel adevărat, care nu e decât un mare mincinos. „Data viitoare am să fiu mai prudentă", promite ea cu tărie. Marele eșec a dat rezultate...

De ce e important să devii o visătoare cu mintea trează

În pofida acestei decepții, Tina a izbutit să-și păstreze intacte visurile și romantismul, învățând totodată să facă uz de ceva mai multă rațiune, atunci când se află față în față cu un bărbat (frumos). Astăzi ea știe unde a greșit: adversarul care a trimis-o la podea n-a fost atât personajul Carsten, cât propria ei dorință de a se îndrăgosti instantaneu. Trebuie să admitem că obiectul exaltării ei corespundea în mare măsură, ca înfățișare și comportament, cu prototipul bărbatului ideal: Carsten juca foarte convingător rolul omului inteligent și sociabil, profund și spiritual. I-a promis Tinei luna de pe cer și a copleșit-o cu proiecte grandioase. Dar, în ultimă instanță, frumosul Carsten n-a fost decât unul dintre cei ce-și uită geanta cu echipamentul în vestiar. Iar retragerea și-a făcut-o penibil, ca un puștan de cincisprezece ani.

Totuși – din fericire – Tina n-a încetat să creadă în marea iubire autentică. Ea cântărește însă lucrurile cu spirit critic: „Bărbatul care va voi să-și ducă viața alături de mine trebuie să mă impresioneze cu fapte, nu numai cu fraze

poetice." Cam atât ar fi de spus pe tema eşecului. În general, ajungem acolo atunci când ne lăsăm orbeşte conduse doar de fantasmele visurilor noastre. Pe urmă suntem dezamăgite crunt, constatând că realitatea nu seamănă deloc cu glazura de pe tort.

Păstraţi-vă simţul realităţii

Tuturor celor ce au trecut cândva prin seismul unui mare eşec le recomand să se maturizeze, devenind nişte visătoare cu mintea trează. Ce trebuie să înţelegem prin asta? De obicei, atunci când ne îndrăgostim, sentimentul nostru se amestecă până la confuzie cu o stare de vis. Întâlnim un om, inima începe să galopeze, ne pierdem capul şi de aici înainte plutim în al nouălea cer. În majoritatea cazurilor acest „somnambulism" amoros reduce la tăcere orice simţ al realităţii – ceea ce, de altfel, este oarecum necesar, pentru a cultiva sentimentul unicităţii trăirilor noastre. Însă nu va fi cu putinţă să deosebim preţiosul bulgăre de aur de tinicheaua fără valoare, decât dacă ne-am exersat astfel privirea, încât ea să perceapă cu claritate posibilul şi imposibilul, delimitându-le unul de altul.

Visătoarea cu mintea trează este femeia care, chiar după o mare decepţie, îşi apără cu luciditate, pasiune de explorator şi entuziasm visul ei de iubire, păstrându-l neatins şi viu. A fi o visătoare cu mintea trează înseamnă însă, pe de altă parte, să nu te laşi păcălită. Dacă purtarea unui bărbat va da naştere la îndoieli, le vei supune unui examen sever, iar omului respectiv îi vei scormoni toate ungherele sufletului. Nu-i vei lua drept garantată onestitatea, ci vei aştepta s-o probeze.

Aşa cum reiese din însăşi denumirea pe care i-am dat-o, conceptul paradoxal de „visătoare cu mintea trează" ne spune că trebuie să fim receptive faţă de bine şi frumos, dar totodată să dobândim perspicacitatea indispensabilă detectării trucurilor

folosite de bărbaţi ca simple metode de cucerire. Educaţi-vă în aşa fel încât să fiţi şi una şi alta: şi lucidă şi visătoare. Acest amestec vă va feri să cădeţi cu uşurinţă în braţele falşilor îndrăgostiţi şi în acelaşi timp vă va face atât de atrăgătoare, încât să aveţi posibilitatea de a alege.

Bulgărele de aur: schiţă preliminară

Am văzut cât de rapid se poate ajunge la marele eşec. Dar cum se câştigă lozul cel mare? Şi după ce trăsături vom identifica bărbatul lângă care putem îndrăzni a spera în fericire? Din păcate, exemplarele masculine de valoare nu poartă atârnată la gât o plăcuţă pe care să scrie cu litere de-o şchioapă: „Ia-mă! Sunt un bulgăre de aur". Dimpotrivă, adesea ei se strecoară pe lângă noi incognito, ca nişte poliţişti în misiune: „bărbatul ideal sub acoperire". În materie de dragoste, le place s-o facă pe agenţii secreţi.

Aşadar, cum trebuie să arate cel în care vom descoperi un bulgăre de aur, un partener perfect, bărbatul visurilor noastre? Sunt convinsă că dumneavoastră, dragele mele cititoare, aveţi o întreagă listă cu dorinţe şi chiar o casetă cu imagini, deci, o dată ajunse în acest punct, nu vă voi plictisi şi eu cu ale mele. De aceea, vă propun să nu luăm în discuţie detalii exterioare. La urma urmelor, e vorba despre calităţile lui sufleteşti.

Bulgărele de aur veritabil este omul a cărui prezenţă ne face bine şi care, de pildă, vine să ne viziteze şi în momentele când nu ne merge prea strălucit. Eventual aduce cu el o sticlă de şampanie cumpărată pe drum, o bucată de somon şi o pungă cu paste, pe care le va pune îndată la fiert ...

Acest om rar ştie să tacă împreună cu noi când avem nevoie de linişte şi să ne iscodească, atunci când ne lipseşte

ecoul pornit din sufletul cuiva. Are suficientă răbdare ca să ne asculte şi nu e genul care să ţină prelegeri interminabile partenerei, chiar şi după ce o vede cu obrajii umezi de lacrimi sau cu capul culcat pe tăblia mesei, într-un gest de supremă oboseală.

Nu, bulgărele de aur este o persoană pe care putem conta. El ne înseninează cu o glumă aruncată din mers, pentru ca în clipa următoare să plonjeze cu noi în profunzimile sufletului. Mângâiere, ocrotire şi comunicare umană – aceste trei necesităţi ancestrale ale oricărei fiinţe omeneşti sunt satisfăcute prin relaţia cu un autentic bulgăre de aur. Iar, spunând aceasta, am stabilit şi criteriile în temeiul cărora bulgărele de aur poate fi definit ca atare. Un bulgăre de aur veritabil reuşeşte să ne îmbogăţească în aceste trei sensuri. Un asemenea bărbat ne umple inima cu o căldură blândă. Ştie să ne răsfeţe ca pe nişte copii bosumflaţi, chiar şi atunci când ne-am îmbolnăvit şi n-avem putere să ne ridicăm din pat. El se îngrijeşte de nevoile noastre sufleteşti, asigură confortul afectiv necesar vieţii noastre şi o îmbogăţeşte cu tot felul de oameni interesanţi: prietenii, cunoscuţii şi partenerii săi de afaceri. Reflectaţi puţin, ca să vă daţi seama care dintre foştii iubiţi au fost în stare să aducă în relaţia cu dumneavoastră lucrurile enumerate mai sus – sau măcar o parte din ele. Veţi observa cu uşurinţă cine a luat dragostea în serios şi cine nu, cine v-a îmbogăţit realmente şi cine n-a făcut decât să vă fure timpul.

Omagiu pentru un bulgăre de aur

Există în viaţa mea un bărbat pe care îl cunosc de 18 ani – şi tot de atâta timp durează iubirea mea pentru el. Poate că din acest motiv nici n-am devenit vreodată un cuplu. Poate că, de fapt, nu s-a ivit niciodată prilejul – sau nu încă. Matthias e un

tip care, pe lângă înălţimea lui de 1,88 cm, se află la înălţime în numeroase alte privinţe. Se pricepe să gătească delicios, mă vizitează şi când locuiesc la o depărtare de 100 de kilometri şi, în plus, îmi ascultă păsurile ca nimeni altul. Mai are şi obiceiul de a-şi cumpăra mereu flori. Câteodată, trandafirii proaspeţi de pe masa lui te duc cu gândul la salutul tandru al unei iubite. Căci trebuie să spun că are destule. Liber, nefixat în nici o relaţie, aşa cum e deocamdată, se înfruptă din ceea ce-i place, pentru ca apoi să iasă tot atât de liber din aceste poveşti efemere.

Pe scurt, Matthias este un prieten în adevăratul sens al cuvântului. Îmi împrumută umărul lui puternic, dacă îmi trebuie un reazem, şi se aşază cu mine pe canapea, când simţim nevoia să stăm tăcuţi unul lângă altul, ţinându-ne de mână. S-a întâmplat să-mi adoarmă în braţe, ca un băieţel. Altădată am adormit eu în braţele sale şi îmi amintesc cum alunecam în somn într-o stare de fericire desăvârşită, în timp ce degetele lui îmi dezmierdau molcom obrazul. E greu de crezut că sexul ne-ar putea dărui ceva în plus. Iar asta este exact ceea ce am evitat până acum, din teama că am produce deteriorări irepara-bile şi n-am mai putea regăsi ulterior, în dialogul nostru, naturaleţea de astăzi. Pentru mine, Matthias s-a transformat încetul cu încetul într-un bulgăre de aur. În primii zece ani ai prieteniei noastre, n-aş spune că l-am privit ca pe cineva de care m-aş fi putut îndrăgosti. Mă deranjau maximele lui înţelepte, nu-mi plăcea aerul lui flegmatic. Totuşi am rămas prieteni de-a lungul acelor ani şi ne-am schimbat, oglindindu-ne permanent unul în celălalt. Am avut relaţii îndelungate cu alţi oameni, pentru ca, în final, să ne pansăm reciproc rănile despărţirii.

Da, Matthias este un bulgăre de aur. M-ar durea să-l pierd, chiar dacă între noi nu există propriu-zis o relaţie. Ce va fi, ştie Dumnezeu. În ceea ce mă priveşte, eu ştiu doar atât: am găsit un bulgăre de aur. Chiar dacă nu-mi aparţine (încă), el mă întăreşte în speranţa că asemenea bărbaţi mai există.

Despre paznicii supei şi colţuri liniştite

Pasionant la adevăraţii bulgări de aur este tocmai faptul că ei pretind să fie descoperiţi. Dar care e tainicul lor semn distinctiv? Retraşi, cum sunt cel mai adesea, nu-i prea găsim în centrul grupurilor animate de la petreceri. Va trebui deci să le luăm urma. Unde anume? De multe ori, în forfota meselor festive, ei se oferă să păzească oala cu supă de pe foc, se fac utili acolo unde au posibilitatea să rămână singuri, sustrăgându-se privirilor unui public prea numeros şi bătând în retragere din faţa acelor bărbaţi care, oricum, au darul de a-i pune mereu în umbră. Prin urmare, dacă aţi pornit în căutarea unui bulgăre de aur, vă sfătuiesc să ocoliţi locurile aglomerate, pline de mişcare şi zgomot, spionând în schimb colţurile mai liniştite, cum ar fi de exemplu bucătăria.

Bulgării de aur se sperie şi devin retractili, când femeile se comportă nestăpânit şi strident. De aceea, veţi proceda înţelept dacă la început v-aţi abţine să vă apropiaţi prea insistent, urmărindu-i deocamdată de la distanţă. Şi în această fază puteţi afla destul de multe despre ei. Se poartă într-adevăr obiectul investigaţiei dumneavoastră ca un bulgăre de aur? Sau e mai degrabă un lup în blană de oaie? Dacă aşa stau lucrurile, se va trăda la un moment dat printr-o remarcă ostentativă. Bulgărele de aur veritabil ştie să se păstreze într-o rezervă delicată. El nu dă niciodată buzna în intimitatea cuiva, iar pe a lui şi-o păzeşte cu străşnicie.

Adevăraţii bulgări de aur sunt uneori nişte neîndemânatici fără pereche. Nu fac nimic ca lumea, ci tocmai dimpotrivă: adesea îi vedem dând foc din greşeală şervetelor de bucătărie, scăpând din mână castronul cu cremă de zahăr ars ori confundând numele doamnelor prezente la petrecere. În schimb, au o privire profundă şi pătrunzătoare. Iar, dacă îi veţi încuraja, e posibil s-o zăriţi cândva apărând în ochii lor, căci ei tânjesc după ceva ce şi noi ne dorim atât de tare: protecţie şi căldură sufletească.

Protecţie şi căldură. Ele sunt un bun nepreţuit – ştim asta, de când relaţia stabilă între doi oameni nu mai constituie o regulă, ci o excepţie.

Boala timpului nostru: vidul

Din 1970 încoace, ponderea în totalul populaţiei a persoanelor necăsătorite a crescut de la 4,6% la 11,8%. A doua cifră era valabilă în 1998. Noutatea constă în faptul că tot mai mulţi tineri se decid să trăiască singuri. Dacă acum trei decenii se aflau în această situaţie mai ales vârstnicii şi văduvii, azi aproape fiecare al patrulea tânăr cu vârsta cuprinsă între 25 şi 35 de ani a ales libertatea. Iar tendinţa se profilează în ascensiune: peste zece ani, ne putem aştepta să găsim în această categorie de vârstă aproximativ 30% persoane fără familie. Deocamdată, în special bărbaţii preferă să-şi trăiască viaţa în burlăcie. Majoritatea lupilor singuratici locuiesc în marile oraşe. În partea occidentală a Germaniei, statisticile numără mai mulţi decât în est. Studiile de dată recentă indică faptul că, în cele mai numeroase cazuri, solitudinea e considerată numai o stare de tranziţie, un parcurs intermediar între iubirea A şi iubirea B. Totuşi, aproape întotdeauna, acest parcurs se întinde pe o durată de timp mai lungă. Potrivit revistei *Der Spiegel*, în 1991 aproape jumătate dintre solitarii între 25 şi 55 de ani, mai exact 47%, nu avuseseră nici o legătură permanentă de minimum şase ani. Alţi 18% declarau cinci ani de singurătate, iar 20% – doi până la trei ani. Numai 15% din ei rămăseseră doar pentru scurt timp singuri.

Viața după un perete de sticlă

Așadar, luând în considerare faptul că aproape jumătate dintre solitari și-au menținut acest statut vreme de șase ani, devine explicabil de ce noua literatură germană manifestă o predilecție atât de evidentă pentru concepte ca „vid" sau „gol". Putem cita drept exemplu povestirile prozatoarei berlineze Judith Hermann, în vârstă de 30 de ani, care a produs senzație în 1998 cu debutul ei literar *Casă de vacanță, mai târziu*. Cartea prezintă personaje dezorientate, lipsite de repere, zugrăvind stările sufletești ale unor oameni tineri, ce s-ar potrivi mai curând contingentelor bătrâioare: nu se vorbește aici despre anxietăți, dorințe și aspirații nerealizate, visuri netrăite, depozitate claie peste grămadă în debaraua prăfuită a amintirilor. În esență, protagoniștii lui Judith Hermann sunt niște prizonieri ai ezitării. Din când în când, se face simțit impulsul unei smulgeri din amorțire, însă el este curând paralizat de conștientizarea nemiloasă a propriilor limite, a propriilor posibilități precare. Scriitoarea declară că povestirile sale, nouă la număr, tratează tema carenței afective, privită ca o stare nefirească. Revista „Focus" vede în ele drama unor oameni, pentru care viața pare a se desfășura dincolo de un perete de sticlă.

Viața după un perete de sticlă: iată o descriere nu tocmai optimistă a condiției unei generații despre care ne place să credem că are la dispoziție toate șansele, că e viguroasă și înfloritoare. Totuși, posibilitatea de a-și împlini visul pare pur și simplu intangibilă – ținută la distanță de sticla rece a unui perete invizibil. Și – ceea ce este mai grav – peretele străbate însăși personalitatea individului, fragmentând-o. Nu-i de mirare, atunci, că oamenii își doresc cu tot mai multă ardoare „salvarea". Majoritatea își leagă speranțele de un partener, căruia, din acest motiv, îi impun exigențe enorme.

Și tocmai aici se ascunde capcana în care vom cădea: vedem în omul de lângă noi un fel de salvator atotputernic, întindem spre el mâinile goale și așteptăm să ni le umple cu

daruri, îi cerem să ne dea tot ce ne-am dorit și n-am obținut în ultimii zece sau douăzeci de ani din viața noastră. Cu siguranță, că un asemenea miracol nu va funcționa. Cum s-ar putea altfel? Întrucât partenerul nu ne cunoaște problemele sufletești – și cine le-ar putea intui chiar de la începutul unei relații? – firește că el nu va reuși să ne înțeleagă, să ne acorde protecție și sprijin, astfel încât să ajungem la împlinirea dorită.

Între resemnare și marile speranțe

Ideea unui bărbat perfect e romantică, dar adesea nerealistă, mai ales în cazul când visătoarea nu vrea să rămână cu picioarele pe pământ, adică să ia în calcul ceea ce i se oferă concret. Desigur, literatura universală abundă în mari povești de iubire, deoarece fascinația sentimentelor înălțătoare nu se va stinge niciodată. Și e bine așa, căci sentimentele înălțătoare exprimă un adevăr profund al ființei noastre, chiar dacă ele nu sunt menite să dureze.

La asta se adaugă încă un amănunt ce complică datele problemei: înfrigurarea cu care e căutat partenerul ideal pare să crească o dată cu acumularea decepțiilor. Celei ce a suferit deja câteva înfrângeri nu-i mai vine ușor să creadă în existența unui prototip perfect – și, cu toate acestea, e parcă obsedată de el! Avem de-a face cu un paradox perfid: a te plasa emoțional între poli opuși, între resemnare și marile speranțe de fericire. Însă această sete nestinsă de fericire poartă ascunsă în sâmburele ei intim ideea salvării prin prezența unui partener. Să nu ne mirăm așadar de faptul că solitarii, atunci când li se întâmplă să se îndrăgostească, adoptă imediat poziția „totul sau nimic", cu alte cuvinte nu acceptă decât marea iubire. Chiar și cei mai tineri de 30 de ani tânjesc după un partener alături de care să trăiască până la adânci bătrânețe. Deși – după cum reiese dintr-o serie de

studii – solitarii sunt persoane extrem de sensibile, care nu suportă prea bine ofensele şi refuzurile.

Solitarii şi sexul - întâmplări fără sentimente

Ştiind că nu poate conta decât pe sine, solitarul îşi vede de drumul său şi se descurcă pe cont propriu: depăşeşte crizele profesionale, o scoate la capăt cu grijile şi necazurile de unul singur – pentru ca apoi, când şi-a epuizat forţele, să caute undeva un punct de sprijin şi puţină căldură, ceea ce, bineînţeles, nu înseamnă câtuşi de puţin că va nimeri exact persoana potrivită.

Solitarul nu-şi găseşte neapărat fericirea nici în sex, atunci când are parte de aşa ceva, pentru că, potrivit unui studiu efectuat la Hamburg, de cercetătorul Gunther Schmidt, cu participarea a circa 3000 de studenţi şi studente, aproximativ 90% din raporturile heterosexuale au loc în relaţii stabile. Solitarii sunt obligaţi să depună eforturi relativ mari pentru a-şi satisface libidoul. Când au totuşi un contact, e vorba de obicei doar de o noapte cu cineva sau de o întâmplare fără însemnătate, ce exclude din start orice implicare emoţională. Jumătate din solitari tind spre o stare perpetuă de insatisfacţie sexuală. Numai 40% dintre ei relatează despre nopţi de dragoste cu adevărat reuşite, în timp ce 80% dintre cei înregistraţi în studiul lui Schmidt ca având o legătură stabilă afirmă cu entuziasm că iubirea îi face fericiţi.

Ceea ce le lipseşte în primul rând solitarilor este căldura unui cuib, adăpostul unde te poţi întoarce când ţi-ai cheltuit toată energia, ca să-ţi reîncarci bateriile. Găseşti aşa ceva la o petrecere, de la care pleci la braţul unui necunoscut, ca să mai beţi un păhărel şi să petreceţi împreună câteva ceasuri?

Familia supravieţuieşte

În vremurile de azi, când concurenţa în plan profesional ne consumă din ce în ce mai mult energia şi nervii, începem să preţuim umărul pe care ne putem sprijini, partenerul cu care discutăm seara despre micile neplăceri ale zilei.

De aici şi simpatia de care a reînceput să se bucure în ultimul timp vechea şi onorabila instituţie a familiei. „Nostalgia familiei" sau „Familia supravieţuieşte": aşa titrau la finele anilor '90 nu numai publicaţiile de profil, consacrate studierii tendinţelor manifestate în stilul de viaţă, ci şi revistele cu conţinut general. O undă seismică pare să fi traversat conştiinţele, o revoltă la scară socială a individului, care tânjeşte după comuniune.

Ca urmare a unei iniţiative pornite de la revista *Focus*, în vara anului 1997, renumitul institut de sondare a opiniei publice Emnid a chestionat 1200 de persoane din landurile germane de est şi de vest în legătură cu atitudinea lor faţă de familie şi aşteptările privitoare la ea. Un lucru e cert: după două decenii critice, dorinţa individuală de a-şi întemeia o familie cunoaşte un reviriment, chiar dacă ea trebuie să intre în competiţie cu alte proiecte de viitor. Mulţi oameni consideră existenţa unei familii ca fiind o premisă necesară a fericirii lor personale. Acum, când paradisul familial al anilor '50 – casă, maşină, concediu – e repudiat de toată lumea ca derizoriu, oamenii vor din nou să se căsătorească numai şi numai din dragoste – şi anume, cu cât mai mult fast. O celebrare a iubirii: anii '90 par să fi readus romantismul şi marile sentimente. Semnele timpului exprimă starea de spirit a unei generaţii neliniştite, nevoia ei de comunicare umană, de căldură, de certitudini. Căutăm un reazem, chiar dacă nu suntem neapărat în stare să formulăm acest lucru în cuvinte, dând un nume dorinţei noastre. Aşadar, în centrul interesului nostru se află partenerul de viaţă. În pofida intenţiilor de realizare personală, prioritatea absolută o reprezintă celălalt, pe el ni-l dorim din tot sufletul.

Căutând căldura unui cuib

Nu demult am visat un vis frumos şi l-am povestit unui prieten bun. Tocmai petrecusem un concediu la nişte amici, într-o casă superbă din sud. Inspirată de acea vacanţă de basm, ajunsesem la concluzia că trebuie să am şi eu o casă în vârf de munte, negreşit inundată de soare şi împodobită cu un şemineu uriaş. Mi-am şi croit un plan ingenios: urma să-mi investesc profitabil întregul venit într-un imobil uriaş, construindu-mi un fel de cuib de vulturi. Splendid! Aşa voiam să trăiesc. „Şi cine-ţi aprinde focul în şemineu? Cine destupă sticla de vin roşu?" Într-o clipită, ca printr-un pocnet din degete, bunul meu prieten m-a readus cu picioarele pe pământ. Întrebarea fundamentală era: merită într-adevăr să te stabileşti undeva şi să te încarci cu povara unor datorii, când trăieşti singură? Uitam oare că meseria mea mă constrânge să-mi schimb mereu domiciliul? La ce mi-ar folosi acel confort, atâta vreme cât nimeni nu l-ar împărţi cu mine pe termen lung?

Mai târziu mi-am dat seama că, în ultimă instanţă, visul meu despre casa de pe munte nu făcea decât să concretizeze o necesitate esenţială: aceea de a găsi un loc al meu, un spaţiu căruia să-i aparţin, un cămin.

De fapt, căminul poate însemna multe: de pildă, un lucru ascuns în inima mea, pe care îl port pretutindeni cu mine. Dacă admitem asta, atunci nostalgia căminului nici n-are nevoie de raportări spaţiale. Căminul, patria noastră poate fi cerul!

E nevoie de omul care să ne iubească

Cât timp te poartă încolo şi încoace neliniştea tinereţii, nu e uşor să te fixezi într-un loc. Însă dorinţa de a-l avea pare să crească o dată cu vârsta. Deunăzi, un prieten de 36 de ani

mi-a spus că îşi caută o casă, fiindcă nu mai suportă să aibă vecini de apartament. „Sunt prea bătrân pentru aşa ceva", mi-a declarat el.

Prin urmare, care e locul căruia îi aparţinem? Şi ne vom putea simţi undeva acasă, în lipsa unui tovarăş de viaţă? Oare nu este el însuşi, omul care ne iubeşte, cel mai frumos cămin pe care-l putem avea, fiindcă ne dăruieşte adăpostul visat, ne face să ne simţim în siguranţă?

În cartea sa, intitulată *Sentimentul de siguranţă*, Hans Mogel, profesor de psihologie la universitatea din Passau, ajunge la concluzia că sentimentul amintit constituie o componentă vitală a existenţei oricărei fiinţe umane. Deseori, el este perceput în chip diferit: pentru femeile foarte tinere, sentimentul de siguranţă presupune obligatoriu securitatea materială, pe care bărbaţii o consideră relevantă, de regulă, abia după ce au atins vârsta de 30-40 de ani. Dacă atât femeile, cât şi bărbaţii situează securitatea materială şi căldura sufletească foarte sus în lista de referinţă a sentimentului de siguranţă, în legătură cu alte valori apar deosebiri de păreri în funcţie de sex: femeile acordă considerabil mai multă importanţă iubirii şi încrederii decât bărbaţii tineri, care apreciază în mod special prietenia.

Diferite par a fi şi reprezentările acestui sentiment de siguranţă: de exemplu, femeile socot îmbrăţişarea ca fiind principalul gest ce le conferă acest sentiment, pe când bărbaţii preferă patul lor de acasă.

„Nu este bine să trăiască omul singur"

Oricât de diferenţiat ar percepe cele două sexe sentimentul de siguranţă, ambele îi duc dorul în egală măsură. Căci stilul de viaţă al societăţii moderne nu ne furnizează

automat acest sentiment indispensabil. Schimbări de serviciu, mutări, despărțiri: viața mereu în mișcare ne constrânge să fim flexibili. Cine mai are destul timp, ca să se gândească la nevoile proprii, pornite din străfundul ființei sale, ori să-și îngăduie ceva asemănător cu nostalgia? Și totuși: dorul după senzația de adăpost și căldură, pe care ți-o dă prezența unui partener stabil, revine cu încăpățânarea unui bumerang. Străvechiul și bunul cuvânt biblic: „Nu este bine să trăiască omul singur" are un neașteptat impact actual, cu referire directă la problematica solitarilor.

Cu toate acestea, atât bărbații cât și femeile întâmpină dificultăți atunci când se angajează într-o relație, ca să nu mai vorbim de găsirea partenerului potrivit. Pentru a înțelege criteriile după care se operează selecția, e important să precizăm dilema fundamentală a apropierii dintre cele două sexe, stabilind ce anume îi interesează pe bărbați și femei în momentul când își aleg partenerul.

Alegerea partenerului – un lucru dificil

Din totalul genelor umane, aproape 50% au rolul de a ne controla și dirija comportamentul. Iar informația conținută în ele este, într-o anumită măsură, implacabilă. E important să știm cum își trăiesc femeile și bărbații iubirea și sexualitatea din perspectiva amprentei lor genetice, pentru a înțelege în ce mod, cu ce șanse și între ce limite se apropie unii de alții.

Ce spune evoluționismul

Să punem punctul pe i de la bun început: evoluționismul ne oferă explicații pentru faptul că suntem programați genetic să nutrim sentimente de iubire, însă nu ne

pune la dispoziție nici un răspuns, dacă vrem să aflăm cum funcționează repartizarea acestor sentimente. Prin urmare, bărbații și femeile dispun de un spațiu de manevră și o libertate de decizie destul de mari, în ceea ce privește relațiile în care vor intra de comun acord. Un singur lucru este valabil deopotrivă pentru masculi și femele, cel puțin din punctul de vedere al teoriei evoluționiste: obiectivul pe termen lung, acela de a aduce pe lume copii.

Totuși, încă din start se manifestă o deosebire de atitudini: atunci când se abordează reciproc, bărbații și femeile au motivații complet diferite. Ca să mă exprim plastic – privind lucrurile în plan biologic: femeile caută un spermatozoid provenit de la un bărbat cât mai sănătos și, de asemenea, dispus, să le ajute ulterior și la creșterea copilului. Toți ceilalți masculi, care (aparent) nu corespund acestor criterii, vor fi ignorați. Deseori, tipul de macho atletic e cel care, fără măcar să-și dea seama, face să sune clopoțelul evoluționist al femeilor. El pare a sugera: „Sunt capabil să-ți dăruiesc copii." Pe de altă parte, studiile pun în evidență faptul că, de regulă, bărbații cu un fizic agreabil au probleme cu fidelitatea și de aceea inspiră mai puțină încredere ca viitori tați de familie.

Bărbații sunt concepuți genetic cu totul altfel decât noi: deși n-o fac conștient, ei își dau osteneala să-și împrăștie sămânța pe o arie cât mai largă, pentru ca în acest mod – ce nu pare a le fi tocmai neplăcut – să-și asigure o descendență numeroasă. Strategia optimă a perpetuării speciei prevede pentru bărbați cât mai multe raporturi sexuale cu cât mai multe partenere diferite. Iar aceasta intră total în contradicție cu procedura feminină de alegere a partenerului. Strategia femeii e următoarea: ea selectează minuțios, pentru ca în final să accepte contactul sexual doar cu acel bărbat care își poate asuma obligația de a aloca timp și resurse pentru copii. Prin urmare, dacă ar fi să acordăm credit cercetării genetice, femeile

gândesc mai mult şi îşi precizează fără echivoc intenţiile privitoare la planurile de viitor încă din etapa preliminară a alegerii partenerului – spre deosebire de bărbaţi, a căror unică preocupare este aceea de a face sex cu cât mai multe femei.

„Dau frumuseţe şi tinereţe pe bani şi putere"

„Fenomenul" alegerii partenerului a fost temeinic cercetat, iar concluziile sunt susţinute cu cifre. Astfel se ştie că, în SUA, bărbaţii sunt interesaţi în special de femeile în medie cu trei ani mai tinere decât ei. Pe măsură ce înaintează în vârstă, diferenţa creşte: prima soţie este cu aproximativ trei ani mai tânără, a doua - în jur de cinci, iar a treia soţie poate fi chiar cu circa opt ani mai tânără ca bărbatul.

Femeile îşi iau măsuri de siguranţă în felul lor: studiile confirmă că banii, puterea conferită de poziţia în societate şi chiar statura bărbatului sugerează anumite garanţii, ce influenţează decisiv selecţia partenerului în vederea întemeierii unei familii.

Aşadar, atracţia dintre bărbat şi femeie pare a avea un fundament cât se poate de concret, care acţionează neştiut, şi anume fertilitatea. Iar, întrucât nu există posibilitatea de a o măsura pe aceasta ca atare, masculii şi femelele se servesc de semne de recunoaştere exterioare, cu convingerea că se pot ghida după ele.

Femeile sunt atrase, aşa cum am mai spus, de o statură impunătoare: se caută în primul rând bărbaţii mai înalţi de 1,80 m, cu atât mai doriţi dacă au şi o frumoasă podoabă capilară şi dacă, în plus, dispun de diverse simboluri ce indică prestanţa unui anume statut social. Pentru bărbaţi, trăsăturile substitutive se referă mai ales la aspectul fizic: un piept planturos, rotunjimi posterioare apetisante, chipul simetric şi părul bogat sugerează că partenera evaluată din priviri este fertilă şi neatinsă de vreo boală.

Bărbaţii sunt mai puţin exigenţi

Întrebaţi ce anume consideră important la o parteneră, bărbaţii se dovedesc totuşi de regulă mai puţin exigenţi. În general, ei sunt interesaţi de un număr cât mai mare de partenere sexuale. Americanul mediu are de-a lungul vieţii aproximativ şase tovarăşe de pat, în timp ce femeia se mulţumeşte cu numai doi amanţi. Apetitul bărbatului pentru mai multe femei este caracteristic tuturor civilizaţiilor şi tuturor epocilor.

Sincer vorbind, îmi dau seama că orice femeie cu o anume experienţă, fie ea şi modestă, va gândi probabil acum: „Toate astea nu sunt noi pentru mine, întotdeauna am ştiut că bărbaţii au o altă atitudine faţă de instinctele lor". Ei bine, n-are sens să pretindem că putem depăşi condiţionările genetice ale bărbaţilor şi femeilor. Ele reprezintă un fapt de neclintit. Nimeni nu ne interzice să credem în schimbări, e chiar minunat, însă atât informaţia transmisă congenital, cât şi psihicul uman se schimbă relativ lent. Prin urmare, poate dura milenii până când vor apărea modificări ale caracteristicilor schiţate aici.

Sentimentul că aţi pornit în căutare

Se pune de asemenea întrebarea dacă ar avea sens ca, în timp, bărbaţii să înceapă treptat a se asemăna cu femeile. Să presupunem că fiecare existenţă umană poartă în sine o anumită misiune, că regulile jocului genetic, în perimetrul căruia ne mişcăm, se supun unui plan anume. Iar acum, să transferăm experimental această ideè la tema de faţă: alegerea partenerului. Dacă într-adevăr comportamentul nostru condiţionat genetic se orientează după raţiuni de dincolo de noi, putem afirma că nici o relaţie nu e cu adevărat irosită.

Aşadar, dacă vă aflaţi în căutarea partenerului potrivit, nici un risc asumat din dragoste nu va fi de prisos – atâta timp

cât „experimentul" nu vă provoacă daune vizibile. Nu e cazul să fixați limite curiozității, plăcerii de a experimenta și „lăcomiei" dumneavoastră. Mai bine bucurați-vă de sentimentul că ați pornit în căutare!

A prins gustul

Franca a trebuit să împlinească mai întâi 25 de ani, pentru ca abia atunci să înceapă a observa cât e de pasionant să faci cunoștință cu diferiți bărbați. În adolescență fusese mai degrabă timidă și interesată numai de hobby-urile ei. Mutarea într-un alt oraș schimbase situația: acolo îl întâlnise pe primul ei prieten și rămăsese cu el până la 24 de ani.

Franca nu știa prea multe despre bărbați: îl cunoștea doar pe Gerd, fostul ei prieten. O vreme, a regretat dragostea ofilită pentru el. Totuși, pe de altă parte, simțea, în chip ciudat, că i se luase o piatră de pe inimă: de fapt, nu crezuse niciodată că Gerd va fi primul și ultimul ei bărbat.

Apoi a venit vara și, o dată cu ea, serile în grădini-restaurant, la o halbă de bere. Franca nu mai știa pe ce lume se află: dintr-o dată, oriunde se ducea și se întorcea, i se făceau ochi dulci. La început n-a înțeles ce se petrece. Probabil că atitudinea ei relaxată, curiozitatea și voioșia pe care le recâștigase îi atrăgeau pe bărbați. Într-o seară s-a hotărât să dea curs unui flirt. După primul a urmat al doilea și, când vara s-a sfârșit, Franca sărutase mai mult de cinci bărbați. De rămas nu rămăsese cu nici unul, fiindcă voia doar să-și încerce puterile și să afle cum sunt bărbații. „Am prins gustul", s-a destăinuit ea către sora ei. „Fiecare bărbat mă fascinează în felul lui. De aceea nu vreau să rămân deocamdată cu nici unul. Acum învăț mai mult ca niciodată despre bărbați, viață și dragoste".

Pe Franca n-o preocupa să-și găsească un prieten stabil. Ea descoperise farmecul explorării lui în sine și recupera acele experiențe, de care ani la rând nu fusese deloc interesată.

Juma'- juma'...

De fiecare dată când ne alegem un partener, își aduc contribuția și genele. Să luăm de pildă unul dintre factori: asemănarea. În prezent, cercetătorii afirmă în unanimitate că faimoasa teorie a contrariilor care se atrag nu se confirmă pe termen lung în relația dintre doi oameni. Ba chiar se întâmplă tocmai invers: ce se aseamănă în privința originii, inteligenței și trăsăturilor de caracter au șanse mai mari să se simtă bine împreună pentru o perioadă îndelungată de timp. Dacă mai intră în joc și acel „ceva" olfactiv, e cum nu se poate mai bine pentru sentimentele de nuanță roz. S-a dovedit că dragostea trece prin nas: niște substanțe cu rol de momeală, așa-numiții feromoni, îi îndeamnă pe mascul și pe femelă să se curteze. Este ca și cum și-ar da reciproc asigurări că sunt importanți și interesanți unul pentru celălalt.

Și, în ultimă instanță, alegerea partenerului se fundamentează pe o idee generoasă: posibilitatea de a progresa împreună și fiecare pentru sine, de a deveni mai buni și a primi un nou impuls în direcția bucuriei de a trăi.

Dorul după piesa de puzzle

Conviețuirea cu un partener, relația între doi oameni, iubirea, căsătoria; cultura plasează toate acestea nu doar în contextul necesității, ci și în sfera sublimului, cel puțin de când căsătoria din interes a încetat (aproape complet) să mai existe. Stau mărturie despre aceasta și impresionantele metafore, întâlnite de pildă în basme și mituri. Străbătând milenii și

civilizații, ele glorifică iubirea ca pe o împlinire a vieții, ca pe scânteia divină ce dă sens și scop existenței noastre. A aparține cuiva (din proprie voință) – această temă umple de mii de ani teatrele, iar, începând din secolul trecut, și cinematografele. Cântecele sentimentale abundă de evocări ale miracolului iubirii și, la rândul ei, literatura, proza sau poezia, exaltă când două inimi se contopesc, iar flacăra iubirii face oamenii să răspândească în jur lumină.

Apoi, acea imagine emblematică a destinului: doi oameni ce se potrivesc ca două piese dintr-un joc de puzzle, doi care n-au căutat altceva în lumea asta mare decât perechea lor de sex opus – și poate că au și găsit-o.

Atribuim partenerului virtual, înainte ca el să existe, o sumă de însușiri admirabile. Ne va aduce mulțumire și ne va face fericite. Va fi mereu prezent lângă noi, numai ochi și urechi și, bineînțeles, o minte sclipitoare, gata oricând să ne vină în ajutor. Va imagina un viitor minunat pentru noi și ne va transforma viața, făcând-o mai pură, mai frumoasă, mai demnă de trăit. În schimb, o falsă piesă de puzzle poate fi tocmai contrariul, de pildă îndărătnică, incapabilă de tandrețe, irascibilă. Din păcate, prea ușor ne lăsăm induse în eroare de câte un nechemat, crezând că el este îndelung visata noastră piesă de puzzle.

„Fenomenul Michelangelo"

Cu puțin timp în urmă, un studiu american atesta faptul că aportul partenerului funcționează ca un motor puternic în dezvoltarea personalității noastre, ajutându-ne să devenim ceea ce ne dorim a fi. Echipa de cercetători condusă de Stephen M. Drigotas a chestionat 53 de indivizi asupra imaginii lor ideale despre sine. Subiecții examinați trebuiau să indice patru însușiri, socotite de ei ca fiind cele mai importante și să aprecieze în ce măsură relația cu partenerul le-a fost de folos în

dobândirea lor. A reieșit că subiecții își iubeau cu atât mai intens partenerul, cu cât apreciau că el adusese o contribuție mai substanțială la nașterea celor patru însușiri principale pe care ei și le doriseră, cum ar fi conștiința propriei valori, capacitatea de a iubi, puterea de muncă și autoritatea socială. Există așadar elemente ce pledează în favoarea ideii că, într-o relație care funcționează bine, partenerii au posibilitatea de a se modela reciproc, scoțând la iveală ceea ce e mai bun în amândoi.

Cercetătorii numesc aceasta „fenomenul Michelangelo". Așa cum sculptorul Michelangelo avea convingerea fermă că în fiecare bloc de piatră se ascunde o tainică formă sau figură ideală, ce trebuie eliberată cu ciocanul și dalta, tot astfel și oamenii par a purta în ei o „formă ideală", care urmează să fie adusă la lumină. „Instrumentul" adecvat pentru o asemenea operație delicată este, se pare, un partener sensibil, care sesizează personalitatea ideală și dă o mână de ajutor la înlăturarea, strat după strat, a materiei opace care o sufocă.

Vorbim aici despre condiția ideală a unei conviețuiri – aceea când omul de alături ne ajută să devenim ceea ce noi, în străfundurile sufletului nostru, ne dorim a fi. Dacă așa stau lucrurile, putem spune cu mâna pe inimă că nu există ceva mai bun. Solitarii se mândresc cu avantajele statutului lor. Însă ei au de-a face prea adesea și cu aspectele mai puțin optimiste ale independenței: multe dintre problemele lor sunt obligați să și le rezolve singuri, chiar dacă au în jur o ceată de prieteni apropiați. Marile întrebări, esențiale pentru tine, cele pe care probabil nici nu te încumeți să le rostești cu glas tare, nu-și află răspuns decât într-o atmosferă de liniște și intimitate. Și cu cine ai putea să le discuți, dacă nu cu un partener?

În meserie la fix, în viață dai chix

Ideea unei conviețuiri perfecte în doi câștigă neîncetat teren. Tocmai în zilele noastre, când numărul solitarilor continuă să crească, nimic nu se bucură de mai multă prețuire

decât fericirea trăită în cuplu. Întotdeauna merele din grădina vecinului sunt mai roşii, de când e lumea lume. Dar, în acelaşi timp, constatăm că viaţa se încăpăţânează tot mai tare să ne strice planurile. „În profesie as, în particular amator", titra revista *Focus* în primăvara anului 1996, lovind chiar la ţintă. Din ce în ce mai numeroşi bărbaţi, ca şi femei se încrâncenează să devină campioni de neînvins în profesia lor. Şi izbutesc „la fix". Dar, în acelaşi timp, suferă din pricina vieţii lor personale, care e un adevărat dezastru. Aici „au dat chix".

Să fac cunoştinţă cu cineva? N-am timp!

Tobias ocupă de doi ani un post de consilier la o firmă în expansiune, deja cunoscută pe plan internaţional. Munca lui îl obligă să zăbovească săptămâni în şir într-o întreprindere sau alta, scotocindu-le scriptele, pentru a depista erori manageriale. Aceste întreprinderi nu se află aproape niciodată în oraşul lui Tobias. Prin urmare, mai tot timpul călătoreşte cu geamantanul după el şi de multe ori ajunge în camera lui de hotel abia după miezul nopţii – adică prea târziu ca să se mai ducă undeva şi să întâlnească oameni drăguţi. La cei 35 de ani ai săi, Tobias e singur. Ar face bucuros cunoştinţă cu cineva, însă, din cauza serviciului, n-are timp. Chiar şi la sfârşitul săptămânii, pe care-l petrece acasă, îi lipseşte energia necesară ca să iasă şi să se vadă cu nişte prieteni. De altfel, cei mai mulţi sunt, asemenea lui, mereu pe drumuri. Se mai adună poate de Crăciun sau pe la una dintre petrecerile de vară, care şi ele devin tot mai rare.

Pe Tobias nu-l mai încântă de mult viaţa lui, aşa cum este. N-are cui să povestească ceva ori să destăinuie ce-l apasă pe suflet, nici o femeie, care să-i pună masa şi să-i aştearnă patul. Şi nu e nici pe departe singurul cu acest punct vulnerabil. Richard K. Streich, manager din Paderborn, a stat de vorbă cu 4000 de cadre de conducere despre viaţa lor particulară, printre altele despre femeile cu care au legături. Aproape 84% au admis

că sunt nemulţumiţi de viaţa lor personală, deşi circa 65% dintre ei acordau însemnătate maximă unei convieţuiri fericite. Însă, chiar atunci când ea există, o relaţie nu merge neapărat ca pe roate. Căci ambiţia, care propulsează un individ în carieră, tenacitatea, câteodată indispensabilă când ţii morţiş să urci treptele scării ierarhice, nu sunt neapărat trăsături apte să transforme un om cu succes eclatant în profesie într-un suflet dornic de comunicare, după orele de program.

De altfel, echilibrul dintre disponibilitatea profesională şi inviolabilitatea vieţii particulare reprezintă exact combinaţia ce face ca viaţa noastră să devină rezultatul unei opţiuni. Dar, pentru a obţine acest echilibru, sunt necesare anumite premise şi chiar unele concesii. Mai ales solitarii ştiu să preţuiască efectul binefăcător al unei zile când au muncit din plin: ei vin acasă cu sentimentul că au realizat ceva, iar acum îşi merită seara de odihnă în faţa televizorului. O bună bucată de vreme, serviciul funcţionează excelent ca o modalitate de compensaţie, ca un antidot contra vidului şi a circuitelor moarte din sfera particulară.

Nu folosiţi serviciul ca scut

Câteodată întâmplările se precipită incontrolabil şi suntem târâţi în vârtejul ambiţiilor de prisos. Prima afirmaţie-capcană: „Sunt ceea ce fac – munca mea, asta sunt eu". Cine gândeşte astfel, îşi sărăceşte sistematic existenţa personală. Firesţe, dacă te-ai apărat cu scutul pe care scrie „serviciu" până când el ţi s-a lipit cu totul de piele, îţi vine greu să te mai arăţi celor din jur, şi vulnerabil în unele situaţii. Dar tocmai aceasta poate face un om interesant în ochii altora, pentru că le apare mai uman. De aceea vă propun mai jos un program, care vă poate scoate din vechea rutină, plasându-vă pe o orbită nouă.

- Nu priviţi succesul profesional ca pe succesul vieţii dumneavoastră. Căci, acesta din urmă presupune şi

prieteni, dragoste, timp şi spaţiu pentru un trai plăcut şi lucruri frumoase. Munca este ceva pentru care suntem plătiţi. Ea ne secătuieşte, ne ia puterile şi energia vitală. Pentru o ilustrare a celor spuse aici, faceţi un efort de imaginaţie şi închipuiţi-vă scena următoare: dacă ar fi să închideţi ochii înainte de vreme, cine v-ar însoţi la cimitir, cine v-ar plânge mai tare? Şefii sau cei dragi ai dumneavoastră?

• Luaţi-vă în serios viaţa personală. Şi anume, privind-o cel puţin la fel de serios ca şi munca. Formaţi-vă un cerc de prieteni şi extindeţi-l, străduiţi-vă în acest scop cu aceeaşi consecvenţă cu care vă urmăriţi proiectele profesionale. Alcătuiţi-vă programul zilnic de aşa manieră încât seara să vă rămână suficient timp ca să vă puteţi distra, să vă relaxaţi şi să vă simţiţi în largul dumneavoastră. Încercaţi să reţineţi din derularea cotidiană a activităţii dumneavoastră momente şi detalii de atmosferă care vă pot folosi ca stimulente în viaţa personală. Poate fi vorba de reuşite mai mici sau, bineînţeles, mai mari, ori de întâlniri cu oameni interesanţi.

• Gospodăriţi-vă cu grijă resursele. Cine îşi cheltuieşte imprudent forţele zi după zi, va ajunge complet epuizat la sfârşitul săptămânii. Eventual, dacă e nevoie, schimbaţi-vă stilul de lucru. Consideraţi-vă o rezervă inatacabilă, un fel de depozit de energie, la care nici un şef din lume nu va avea acces.

• Trăiţi visul vieţii dumneavoastră acum, fără nici o amânare! Clarificaţi-vă până în cele mai mici amănunte cum anume arată el şi planificaţi etapele concrete ale transpunerii lui în realitate. Unele lucruri le puteţi face imediat. Şi, uneori e suficient să înaintezi cu câţiva paşi mărunţi, ca să te trezeşti dintr-o dată foarte aproape de viaţă (poate chiar şi de dragoste).

• Formulaţi-vă dorinţele şi deficitele. Reflectaţi la situaţia dumneavoastră prezentă şi la aspiraţiile de viitor. Nu ezitaţi să vă recunoaşteţi şi punctele slabe sau să identificaţi acele lucruri care încă nu merg aşa cum v-ar plăcea. În primul rând, concentraţi-vă asupra stărilor dumneavoastră sufleteşti. Ce vă face fericită? Ce vă produce suferinţă? Ocupaţi-vă să găsiţi activităţi sau obiecte, care vă creează confort psihic. Pot fi de exemplu nişte şedinţe de saună transformate în tabiet sau un fotoliu mare şi pufos, cumpărat pentru plăcerea dumneavoastră. Şi gândiţi-vă la nişte strategii împotriva împrejurărilor sau oamenilor care vă indispun.

• Recâştigaţi-vă spontaneitatea! Eliberaţi-vă de cât mai multe dintre acele prejudecăţi, ce se înghesuie cu anii în minţile noastre şi nu se dau duse. Asemenea clişee de gândire, cum ar fi „În oraşelul ăsta n-am să-mi întâlnesc niciodată partenerul visat" sau „Cu serviciul pe care-l am, nu-mi rămâne nici o fărâmă de timp pentru viaţa personală" vă blochează libertatea creatoare, împiedicându-vă să faceţi ceea ce vă tentează. Mare trecere au şi prejudecăţile ca „Bărbaţii scunzi nu sunt atrăgători". Renunţaţi la asemenea restricţii! Ele vă îngustează spectrul afectiv şi, eventual, vă ţin la distanţă de oameni ce ar putea ocupa un loc însemnat în viaţa dumneavoastră.

• Trăiţi! Nu vă irosiţi timpul. Nu disprețuiţi ocaziile de a dansa, de a vă descărca energia, de a râde în hohote. Asta vă face bine şi vă sporeşte „cotaţia la bursă" în ochii sexului opus.

• Goniţi frica din viaţa dumneavoastră şi, în locul ei, strângeţi-vă provizii de încredere şi optimism. Cercetaţi-vă cu de-amănuntul temerile. Sincer vorbind, ce rost are să vă crispaţi de teamă, la gândul că nu veţi găsi partenerul perfect? Daţi-vă osteneala să vă trataţi

propria persoană cu delicatețe și afecțiune. Nu vă bruscați. Dar obligați-vă mereu să vă luați la cercetat spaimele!

• Fiți mulțumită. Aceasta înseamnă, printre altele, să acceptați uneori și o soluție temporară. Dacă, rămânând singură mai mult timp, veți acumula nemulțumire, o veți transmite și altora. Nu vă așteptați să primiți un premiu pentru asta.

• Dăruiți în fiecare zi un surâs. Chiar și unui străin. Exersând, veți vedea: aproape toți oamenii se bucură să primească un zâmbet. Cu siguranță că unii vă vor zâmbi la rândul lor, întărind în dumneavoastră sentimentul că sunteți o persoană pe care lumea o remarcă și e încântată s-o vadă. Acest lucru vă va face degajată și dispusă la flirt. Așadar: mergeți prin oraș cu ochii larg deschiși și surâzători.

• Fiți curajoasă! Îndrăzniți din când în când lucruri pe care înainte nu vi le-ați fi putut imagina, de pildă să ieșiți singură într-o seară sau să plecați singură în weekend. Astfel veți câștiga o doză suplimentară de independență, mai multă încredere în calitățile dumneavoastră și siguranță de sine.

• Păstrați-vă sufletul de copil! Până la urmă, el este cel ce ne îndulcește viața. Copilăriți-vă, invitați-vă seara prietenii la o întâlnire veselă. Faceți lucruri pe care le iubeați în copilărie. Toate acestea vă vor ajuta să evadați din rutina cenușie a obligațiilor cotidiene.

De ce își aleg femeile bărbați nepotriviți

Există o sumedenie de împrejurări din afara noastră, ce ne limitează posibilitățile de a întâlni partenerul potrivit. Dar nu e de ajuns să ne lămurim asupra factorilor exteriori. Trebuie

să riscăm totodată și o privire scrutătoare în noi înșine, dacă vrem să ne rezolvăm problemele – inclusiv pe cele sentimentale.

Am văzut că există o serie de obstacole, care ne închid perspectiva spre bărbatul ideal. Este munca noastră, care ne secătuiește de forțe. Sunt exigențele imposibil de adus la unison cu realitatea. Sunt, de asemenea, deosebirile de structură dintre bărbați și femei. Până aici a fost vorba despre obstacole. Dar acum a venit momentul să aflăm de ce anumitor femei li se întâmplă întruna același lucru: găsesc un bărbat care le interesează dar, după câtva timp, el se dovedește a fi fost la fel ca toți cei de dinaintea lui, o alegere greșită. Ce spune asta despre respectivele femei?

După ce tip alergați?

Unele femei tind să se lase păcălite sistematic de un anumit tip de bărbat, deținător al unei stratageme specifice. E important să detectăm această stratagemă și să ne lămurim ce tip de bărbat ne pregătește un eșec indubitabil și cu ce tertip. Astfel vom face încă un pas către bulgărele de aur autentic. Prin urmare, după ce tip alergați? Și în primul rând: de ce? Iată o tentativă de interpretare.

Spiritul elevat

El e tipul care știe să entuziasmeze oamenii cu visurile și cu idealismul său. Bărbatul despre care vorbim posedă neîndoielnic o inteligență sclipitoare și freamătă de plăcere, când doi ochi mari de femeie îl privesc admirativ, trădând dorința pe cale să se nască.

Spiritul elevat e mai curând un tip ieșit din comun, perfect conștient de farmecul său. El nu-și pierde neapărat vremea pe la petreceri, iar dacă trece pe acolo, obișnuiește să întoarcă dezgustat spatele conversațiilor banale.

Femeile care aleargă după spiritul elevat iubesc chibzuința și calmul cu care își țese el frumoasele alcătuiri de cuvinte. Știe să se așeze în poza care-l prinde cel mai bine și să-și captiveze auditoriul. În fapt, spiritul elevat are acele calități pe care femeia fascinată de el și le-ar dori sieși: calm, chibzuință și o strălucire pornită dinlăuntrul ei – poate pentru că simte că toată această goană fără rost și flecăreala de la petreceri vor sfârși cândva prin a plictisi: oamenii interesanți, respectiv bărbații interesanți nu fac neapărat noapte de noapte turul barurilor. Trepidația vieții mondene își pierde însemnătatea, atunci când sorbim cuvintele spiritului elevat. Tot ce are el de spus pare plin de însemnătate, bine cumpănit și îndelung cugetat. E foarte probabil că femeia care îl găsește atât de atrăgător se află în căutarea unui lucru anume, ce o emoționează profund.

Poate că membrelor clubului de fani ai spiritului elevat le lipsește puțină inițiativă proprie. Aceste femei ar vrea să trăiască o viață în care însă le-ar plăcea să fie catapultate, fără ca ele să mişte un deget. Își caută instinctiv un motor apt să le pună în mișcare, deoarece le lipsește convingerea că se pot mișca singure.

Iată, asta spune despre dumneavoastră afinitatea cu spiritul elevat: dacă manifestați o predilecție clară pentru specia descrisă aici, aveți toate motivele să vă bucurați de curiozitatea iscoditoare și antenele dumneavoastră sensibile. Sunteți categoric dotată pentru a pătrunde cu gândul în sufletele și mințile unor oameni ce au stiluri de viață complet diferite de al dumneavoastră. Dar: luați-vă inima în dinți și dați frâu liber propriei înclinații spre frumos și spre lucruri elevate.

Amantul latin

El are ceva dintr-o panteră neagră. Își joacă mușchii, pregătindu-se cu grație pentru salt, îndată ce a zărit în apropiere un obiect ce-i trezește dorința. Cele mai multe dintre gesturile

lui sunt neobosit exersate: știe să-și aprindă în ochi străluciri cu multe înțelesuri, e maestru în arta de a căuta o privire, a-i da drumul și apoi a o prinde din nou, dacă are chef. E un jucător, un posedat, când se dezlănțuie într-însul febra cuceririi, ale cărei metode le stăpânește la perfecție. Acesta este bărbatul care atacă. Nu se sfiește deloc să abordeze o femeie și să-i șoptească în ureche o idee nebunească. Un Don Juan nu se poate abține să provoace femeile. Oricât de mare i-ar fi „uzura", trebuie să-i recunoaștem un merit: Don Juan nu precupețește nici un efort pentru o cucerire. Dă totul – chiar dacă scopul său este o singură noapte de plăcere.

Femeia atrasă de tipul Don Juan se supune chemării irezistibile a sex-appeal-ului său. Prin însuși aspectul lui exterior, el promite o procreere de prima calitate. Temperamentul său pătimaș deșteaptă voluptatea, dezlănțuind o explozie de artificii a simțurilor. De ce reacționează unele femei atât de aprins la acest tip? Probabil că nu s-au „jucat" suficient în viața lor, bărbații fiind până acum pentru ele mai curând tovarăși de viață decât instrumente de plăcere.

Dacă sunteți una dintre femeile care vibrează la farmecul amantului latin, atuul dumneavoastră este marea receptivitate la erotism și la sentimentele exaltate. Însă deocamdată n-ați înțeles că de la acest tip de bărbat nu e prudent să sperați mai mult decât o aventură. Căci de marile jurăminte de dragoste, în cazul când trebuie să fie de durată, el fuge ca de securea călăului.

Priceputul la toate

Este bărbatul pe care l-ai crede în stare să răstoarne și munții. O schimbare de serviciu, o despărțire, un mutat nu constituie pentru el o problemă: le rezolvă într-un tempo care altora le-ar tăia răsuflarea. Priceputul la toate e tipul

întreprinzătorului. Probabil că are o firmă proprie şi, cu toate astea, găseşte un pic de timp ca să-şi repare singur maşina. Puteţi fi convinsă că la a doua vizită va aduce cu el bormaşina, ca să vă fixeze în dibluri cuiele pentru tablouri. Priceputul la toate ţine clipă de clipă lucrurile şi întâmplările sub control. Şi tocmai asta îl face aşa de cumplit de atrăgător. N-are nimic comun cu agitaţia şi haosul. Bărbatul acesta îşi păstrează mereu mintea limpede, iar proiectele pe care le consideră importante le transpune în fapte, fără să se grăbească. Astfel dă o impresie de forţă, ca şi de soliditate morală. Pe scurt: el e tipul pe al cărui umăr puternic ţi-ar plăcea să te rezemi.

Femeile care aleargă după priceputul la toate sunt seduse de ideea de a avea în preajmă un bărbat capabil să organizeze totul fără cusur, implicit să le degreveze de o parte din problemele lor. Atuul dumneavoastră: sunteţi probabil genul de femeie foarte exigentă cu ea însăşi, dar căreia îi place totuşi să i se ofere câteodată şi puţin sprijin. Poate v-aţi asumat de o bună bucată de vreme rolul femeii care o scoate la capăt cu toate şi le pune în ordine fără efort. Sunteţi o persoană activă, cu o energie de invidiat şi apreciaţi oamenii care ştiu să-şi structureze clar viaţa.

Opţiunea în favoarea priceputului la toate trădează câte ceva despre dumneavoastră: preferaţi să primiţi ajutorul fără să îl cereţi, eventual pentru că mândria vă împiedică să admiteţi existenţa unei slăbiciuni de moment, îngăduind şi altuia s-o observe. Faceţi o excepţie, riscaţi o ieşire pe un teren încă neexplorat: arătaţi-vă slabă şi fragilă. Însă nu comiteţi greşeala de a vă dispreţui pentru această clipă de slăbiciune.

Copilărosul

Fermecător dar şi primejdios este la el faptul că refuză cu îndârjire să devină adult. Copilărosul te bombardează cu idei trăznite: de pildă, îi vine cheful să se scalde în toiul nopţii în bazinul artezienei din parc sau vă propune spontan un voiaj

peste graniţă, ca să luaţi micul dejun în ţara vecină. Cu el, aluneci în viteză dintr-o aventură în alta. Din păcate, pârtia nu e întotdeauna netedă. La punctul de trecere a frontierei constată că şi-a uitat paşaportul şi portofelul. Bineînţeles că plătiţi dumneavoastră. Ar fi şi meschin să n-o faceţi. De altfel, când porneşti la drum cu un copil mare, e absolut normal să se ivească încurcături. Improvizaţia face parte din programul său de viaţă. Şi de aceea nici nu te vei plictisi vreodată cu el – cel mult, vei pune punct pentru că ţi s-au terminat banii ori trebuie să te duci să mai şi munceşti.

Dacă vă lăsaţi cucerite de bărbaţii copilăroşi, înseamnă că dispuneţi de o doză apreciabilă de plăcere de a experimenta şi vă încântă ideea să sfidaţi când şi când limitele obişnuite. E de presupus că existenţa dumneavoastră cotidiană se derulează mai degrabă monoton şi disciplinat. Tocmai din acest motiv, câteva viraje neprevăzute vă apar ca o variaţie binefăcătoare.

Ce trădează asta despre dumneavoastră: probabil că, de regulă, vă vine extrem de greu să admiteţi că doi ori doi pot face uneori cinci sau să lăsaţi frâiele din mână. A acţiona la voia întâmplării vi se pare pesemne intolerabil: trebuie să se găsească mai întâi cineva care să vă înduplece s-o faceţi. Uşurinţa şi lejeritatea care vă lipsesc, acestea vi le dăruieşte întâlnirea cu un copil mare – şi le absorbiţi nesăţioasă, ca un burete uscat.

Dar atenţie: curajul de a lua lucrurile uşor ar trebui să-l gustaţi şi pe cont propriu. Nu vă mai îngrijoraţi din pricina părerii pe care şi-o pot face alţii despre dumneavoastră. Atunci veţi dobândi acel minimum necesar de degajare, care vă va face independentă şi totodată irezistibilă.

Domnul distins

Sacou, şosete asortate, pantofi de import din Ungaria: pe bărbatul acesta îl poţi prezenta liniştită bunicilor. Celei care iese cu el i se va deschide politicos uşa restaurantului şi i se va

trage scaunul la masă. Acolo unde se oferă un bufet rece, nimic nu e mai plăcut decât să te laşi servită de el: un adevărat răsfăţ. Domnul distins ştie ce se cuvine. Se poartă neostentativ, cu o politeţe impecabilă, un tip de bărbat care nu te ameninţă cu atacuri pasionale. Existenţa lui e impregnată de tradiţie şi de valorile de altădată. Acest bărbat doreşte să convingă prin personalitatea sa. Ţinuta lui epatează, iar el o pune în valoare ca un maestru. În acelaşi timp, cele mai multe lucruri pe care le face sunt riguros planificate şi previzibile: cu un astfel de bărbat nu veţi avea parte de cine ştie ce surprize. El are nevoie de reguli, calcule şi preparative, ca peştele de apă. Spontaneitatea îi trezeşte suspiciuni, pentru că, în ceea ce îl priveşte, preferă să acţioneze după un plan bine stabilit.

Dacă vă legaţi viaţa de un asemenea bărbat, o faceţi fiindcă vă aflaţi în căutarea a ceva ce n-aţi găsit încă în dumneavoastră înşivă: un punct de sprijin care să vă confere sentimentul de siguranţă. Aceşti bărbaţi par de-a dreptul providenţiali unei femei care, mai înainte, a avut o relaţie cu un individ fluşturatic. Dar atenţie: sub mania sa de a premedita totul se ascunde şi o anumită lipsă de flexibilitate. Şi tocmai aceasta ar putea strica cheful unei femei spontane, pline de viaţă. Pe de altă parte, el merită cu prisosinţă eticheta gentlemanului desăvârşit, disprețuieşte produsele de calitate inferioară şi ştie să dea partenerului de distracţie sau de viaţă sentimentul că i se acordă importanţă. Ceea ce, bineînţeles, face o femeie să se simtă bine. În primul rând cele ce n-au o părere prea bună despre ele însele se lasă bucuros antrenate de marea lui putere de convingere. Dar puţină precauţie nu strică: nu vă lăsaţi orbită. Şi puneţi-vă întrebarea, de ce nu puteţi găsi în dumneavoastră înşivă sentimentul propriei valori.

Împielițatul

E într-adevăr un băiat rău. Ar putea fi chiar prietenul unei bune prietene. Şi, din nefericire, probabil că e şi frumuşel foc. În orice caz, „împielițatul" se face luntre şi punte, când vrea să pună mâna pe ceva – inclusiv în ceea ce priveşte femeile. El are şanse optime la sexul opus, deşi majoritatea femeilor îşi dau seama că, în realitate, acest tip este un ins mizerabil: îndată ce şi-a atins scopul, bate în retragere – şi porneşte la vânătoare după următoarea victimă. Acest tip de bărbat adoptă aproape toate clişeele curente: el întoarce capul de preferinţă după fuste scurte şi decolteuri adânci. Vorbele lui de duh sunt sărace cu duhul. Iar lucrul cel mai rău dintre toate: n-are nimic sfânt. Nu s-ar da în lături să umble chiar şi după soţia celui mai bun prieten.

Ce ispiteşte femeile spre acest animal de pradă? Poate că nelimitata lui lipsă de scrupule îi creează un soi de sex-appeal brutal. Acela într-adevăr nu-i lipseşte: expresia unui apetit sălbatic, ce răspunde poftei de a fi cucerită, care există în orice femeie. E aproape de prisos să insist asupra faptului că, dintr-o legătură cu un asemenea bărbat, nu te poţi alege decât cu vânătăi. Cu toate acestea, îţi trebuie multă voinţă ca să te opui chemării sale. Nonconformismul său, felul cum trece peste toate graniţele şi barierele le cucereşte mai ales pe acele femei, a căror existenţă a urmat până atunci trasee prestabilite, parcă desenate cu rigla, iar pe anumite porţiuni poate că şi-a încetinit cursul, împotmolindu-se chiar în plictiseală. Înclinaţia lor de a ceda ispitei acestui drac de om trădează pornirea secretă de a-şi permite în sfârşit un moment de revoltă, făcând un gest ce sfidează raţiunea.

Femeilor care îşi pierd capul după asemenea masculi nărăvaşi, li se poate recunoaşte circumstanţa atenuantă prin faptul că, în adâncul inimii lor, stă ascunsă o disponibilitate de a

acționa neconvențional. Se pune însă întrebarea dacă le trebuie să se manifeste în acest mod de-a dreptul sinucigaş.

Probabil că ceea ce vă lipseşte sunt nişte evenimente deosebite, care să adauge sare şi piper vieții dumneavoastră cotidiene. Lăsați la o parte rutina somnolentă şi luați-vă libertatea de a pune în practică o idee ce va uimi pe toată lumea. Încercați s-o faceți fără contribuția unui „împielițat", fie pe cont propriu, fie împreună cu câteva prietene apropiate. Căci, nu uitați, diavolul rămâne diavol: el vă fură inima şi sufletul şi, în cele din urmă, se face nevăzut cu ele cu tot.

Romanticul

Pe lângă el, spiritul vremii noastre pare să fi trecut fără a-l atinge: romanticul nu vrea să ştie de aventuri de o noapte şi de şuete superficiale. El e mai degrabă tipul care caută profunzimea, frumosul, noblețea şi binele. Iubeşte deopotrivă teatrul şi muzica. Se uită cu ochi fericiți de copil la părăluțele de pe marginea drumului – şi le culege, ca să le depună la picioarele adoratei lui, la fel de fericite. Romanticul stă de vorbă cu tine ore în şir. Tolănit într-un culcuş ce poate fi o simplă saltea, el povesteşte la nesfârşit lucruri minunate. Optica lui asupra lumii conține un grăunte de transcendență, care o plasează undeva, între genialitate şi kitsch. Tocmai cu aceasta se pricepe să-şi acapareze ascultătorii. Atât ființa, cât şi atingerile lui au o gingăşie specială, ceva ce le extaziază instantaneu pe femei. Însă a-l avea alături o viață întreagă ar putea deveni extrem de obositor. Căci acest tip de bărbat are permanent nevoie de public. Aşa se explică şi faptul că el trezeşte interesul acelor femei ce doresc să-şi satisfacă într-o relație instinctul matern şi se simt împlinite atunci când găsesc pe cineva căruia îi devin indispensabile. De regulă, e vorba de

femei foarte severe cu propria persoană, în schimb dispuse să-i dăruiască fără rezerve romanticului timpul, iubirea şi atenția lor. Contactul cu el le ajută să exprime acea parte mai fragilă, mai blândă şi mai tandră decât restul personalității lor. E firesc, deoarece acest tip de bărbat se pricepe mai bine ca oricare altul să creeze intimitatea pe care ele o caută.

Dar atenție: dacă sunteți vulnerabilă în fața acestui tip de bărbat, nu vă grăbiți să-i oferiți pe tavă, complet şi necondiționat, inima şi timpul dumneavoastră. Căci el tinde să se aşeze pe primul plan mai întâi pe sine. Fixați-i limite, dacă e cazul şi deprindeți-vă, de una singură şi în absența prietenului dumneavoastră romantic, să dați la iveală, în gesturile mărunte de fiecare zi, ceva din latura dumneavoastră blândă, fragilă şi – de ce nu – tandră.

Astfel i-am deconspirat pe aceşti iluzioniști ai iubirii, care ne dăruiesc splendori şi ne înfrumusețează un moment viața, pentru ca în clipa următoare, tot datorită lor, să ne prăbuşim cu inima sfâşiată în cea mai cumplită deznădejde.

Mr Right şi Mr Wrong

Alegerea partenerului este câteodată un lucru dificil. Cine anume ni se potriveşte cu adevărat? Bărbatul ideal pentru noi, opinează psihologii americani, nu e neapărat acela cu care ducem o viață uşoară. Dimpotrivă, el ne pretinde efort. La urma urmei, şi noi facem exact acelaşi lucru! Despre partenerul perfect am vorbit deja şi vom mai vorbi pe larg. Deocamdată, să procedăm prin excludere, această metodă fiind uneori considerabil mai simplu de mânuit. Aşadar, cine anume nu ni se potriveşte?

Cum îl recunosc pe Mr Wrong?

Într-un ghid practic, intitulat hazliu *Câți broscoi trebuie să sărut?* psiholoaga americană Barbara DeAngelis formulează zece criterii în ajutorul celor ce nu vor să-şi facă viața amară, confundându-l pe Mr Right cu Mr Wrong. Strădaniile noastre în dragoste vor fi zadarnice, atunci când sunt valabili unul sau mai mulți dintre factorii menționați mai jos.

- Înclinația pe care o vădiți către obiectul adorației dumneavoastră nu primeşte răspuns în egală măsură.
- Dumneavoastră personal nu sunteți interesată să-i acceptați avansurile cu aceeaşi euforie.
- Iubiți numai lucrurile ce-l înconjoară: maşina lui elegantă, costumele, cadourile pe care vi le face.
- Iubiți doar înfățişarea lui de Adonis, trupul atletic şi chipul de adolescent.
- Țineți morțiş să salvați un înger căzut, ca să demonstrați lumii capacitatea dumneavoastră de a transforma un înrăit vânător de fuste în mieluşel.
- Iubiți o anumită atitudine a partenerului dumneavoastră ori stilul său de viață, însă nu vedeți nici o clipă omul real, de sub această pojghiță atrăgătoare.
- Vă armonizați cu el numai în anumite situații, de exemplu când sunteți înconjurați de alți oameni, când întâlniți ceva care vă lasă perplecşi, sau în atmosfera de bună dispoziție din concediu, când ați băut un strop de vin şi vi s-a urcat la cap.
- Îl vreți, pentru că nu-l puteți avea pe un altul (pe care n-ați reuşit încă să-l uitați).
- Vă apropiați de cineva care nu se armonizează cu dumneavoastră în nici o privință, ci se află categoric la polul opus.

- Sunteți fără îndoială îndrăgostită, însă partenerul dumneavoastră are o soție, cinci copii sau locuieşte pe un alt continent.

Cum îl recunosc pe Mr Right?

Ce criterii pozitive trebuie îndeplinite, pentru ca lucrurile să meargă bine între dumneavoastră şi cel pe care l-ați ales? Există şanse să vă completați reciproc şi aveți perspective reale de a fi fericiți împreună în dragoste, dacă:

- trăiți în acelaşi ritm. Sunt persoane active ziua şi păsări de noapte, oameni obsedați de muncă şi comozi care înclină spre lenevie, unii care se bosumflă când îi scoți în lume, şi alții înzestrați cu darul de a înviora orice petrecere. În care dintre aceste categorii vă încadrați dumneavoastră? Dar bărbatul de la care aşteptați fericirea? Dacă aveți predispoziții identice sau cel puțin compatibile în principalele puncte relevante pentru conviețuirea de zi cu zi, aceasta vă va ajuta în viitor să stopați conflictele banale încă înainte să izbucnească.
- aveți aceleaşi țeluri în viață. Dumneavoastră vă pregătiți să plecați în Africa, într-o acțiune de sprijin pentru țările în curs de dezvoltare? El îşi scrie lucrarea de diplomă pe tema unor soluții de irigare a deşertului Sahara? Splendid! Înseamnă că ați făcut într-adevăr o alegere inspirată. Alături de acest om puteți porni la drum neîntârziat şi fără nici un fel de dubii.
- aveți rădăcini comune. Iubiți teatrul? Şi mergeți deseori duminica la liturghie? Minunat, dacă iubitul dumneavoastră are înclinații similare. Întâlnirile ideale sunt cele dintre două „aşchii" pornite din acelaşi trunchi, de pildă doi oameni care au avut amândoi tatăl preot sau mama actriță.

• proveniți din același mediu social. Poate că pentru băiatul unei familii de muncitori va fi o izbândă supremă să urce la volanul unui Mercedes, dar cu siguranță că fiica unui industriaș nu-i va împărtăși entuziasmul, ci va ridica din umeri a lehamite. Altfel stau lucrurile când amândoi visează același vis.

• există între dumneavoastră afinități sexuale. El nu se mai satură? Iar ea exclamă aprinsă „Da"? Curaj, căci norocul vă surâde! Aceasta este calea optimă și pentru o bună înțelegere pe termen lung. Compatibilitatea sexuală e apreciată astăzi și de specialiști ca unul dintre elementele principale ale unei relații – și invers: indiferența fizică lansează un semnal de alarmă ce nu trebuie ignorat.

Femeilor le plac proiecțiile

După cum am văzut deja, alegerea bărbatului nepotrivit nu are de-a face numai cu obiectul pasiunii noastre. Nu, ci pare să existe ceva în noi înșine, care ne azvârle pe țărmul greșit, ne împinge să alegem un diavol împielițat, când noi ne-am dori un înger. Faptul că întindem mâna după „sticluța cu otravă" are legătură cu propria noastră viață lăuntrică. O posibilă explicație ar fi aceea că funționăm încă în prea mare măsură după modele de comportament automate, care în practică se dovedesc mai curând împovărătoare. Trebuie așadar să detectăm în noi aceste modele.

Dar, mai întâi, să privim ce se întâmplă atunci când o femeie își aruncă mrejele, ca să-l prindă în ele pe bărbatul dorit. Ea începe să emită semnale, pentru a atrage atenția. Iar acest lucru îl poate face într-o sută de moduri diferite. Eventual joacă rolul femeii puternice, capabile să aprindă flacăra dorinței sau

poate se împodobește cu farmec și haz. Oricum ar fi: ritualul cuceririi seamănă într-o anume privință cu un joc de-a v-ați ascunselea.

Ce înseamnă asta? Femelele, ca și masculii fac o sumedenie de lucruri, pur și simplu pentru a trezi interesul sexului opus. Bărbații se fălesc cu mușchii lor și cu mașinile scumpe, în vreme ce buzele rujate ale femeilor, sclipirea din pupile și luciul părului anunță că posesoarele tuturor acestor splendori sunt disponibile în momentul de față. Iar, o dată ce incendiul s-a pornit, întrebarea „Cine cu cine se potrivește" e dată uitării. Și, de multe ori, atitudinea ambelor părți pare a sugera că cei doi nici nu vor să afle ce anume ascunde în sine persoana râvnită. Important este doar sentimentul că li se oferă ocazia să se îndrăgostească. Și, mai departe, vom vedea.

În acest caz, partenerul servește ca instrument al voluptății, obiect al pasiunii, sau ca un ecran pe care noi ne proiectăm propriile dorințe. Ei bine, tocmai în acest punct ar trebui să ne lăsăm conduse de o maximă prudență, deoarece, dacă dorințele sunt atât de mari, încât ne tulbură privirea îndreptată asupra omului din față noastră, atunci vom avea cu siguranță un accident de parcurs.

Când dorința e prea mare

Amintiți-vă de cazul prezentat în capitolul despre marele eșec. Este vorba de o tânără femeie, care își dorește foarte tare să se îndrăgostească. Această dorință o împiedică să perceapă corect realitatea: de acord, alesul inimii ei se preface îndrăgostit în chip destul de convingător, însă iubirea lui constă mai ales din cuvinte mari, trâmbițate cu patos. În fond, interesul lui pentru Tina sau, în orice caz, pentru un viitor comun, nu e nici pe departe la fel de intens ca al ei. Indiferent din ce motive, cei doi avansează într-un tempo diferit în tentativele lor de a-și dezvolta relația.

Tinei i se pare mereu că lucrurile merg prea încet – ceea ce dovedeşte setea ei de dragoste – iar Carsten dă numai impresia că ţine pasul, însă de fapt tergiversează, ceea ce s-ar putea interpreta ca un semn de nehotărâre. Aşadar, o diferenţă de atitudine faţă de problemele lor comune există deja.

Totuşi, Tina se cramponează de dorinţa ei de a fi îndrăgostită şi nici nu-i trece prin cap să facă măcar un pas înapoi. Rezultatul îl cunoaştem: după foarte puţin timp, Carsten dă bir cu fugiţii. La început, ei îi rămân de neînţeles motivele ce l-au îndemnat să procedeze astfel. Fiindcă Tina şi-a construit o imagine înfrumuseţată a acestui Carsten, a crezut că el era bine cunoscuta piesă de puzzle, pe care atâta o căutase. În ce o priveşte, ea a pus totul în joc, pentru ca aspiraţia ei să-şi găsească limanul şi împlinirea finală în Carsten.

Acesta, la rândul său, a făcut totul pentru ca Tina să muşte din momeală: a vorbit despre un viitor comun, despre intenţia de a avea copii, despre ideea de a locui împreună într-un oraş sau altul. Nu i-a lăsat răgazul să reflecteze suficient la toate acestea. Iar Tina nu şi-a luat vreun răgaz, fiindcă prea îi dădea inima ghes, fiindcă acest Carsten îi părea a fi partenerul desăvârşit, un „suflet pereche", cum se numea el singur.

Tina s-a îmbătat cu convingerea că va reuşi alături de Carsten ceea ce nu obţinuse până atunci în viaţa ei – şi anume, marea dragoste, o fericire la care de astă dată putea să participe şi intelectul. Căci bărbatul acesta era mai inteligent decât toţi cei pe care-i cunoscuse înainte. Apoi, şi în alte privinţe se deosebea enorm de cei ce contribuiseră într-un fel oarecare, în trecut, la formarea opiniei sale despre bărbaţi – începând chiar cu tatăl ei: un om plin de toane, care în profesie a ales mereu calea minimei rezistenţe, în schimb în familie îi plăcea să-şi dea aere de şef. În schimb, Carsten era cu totul altfel: foarte ambiţios pe plan profesional, iar între cei patru pereţi de acasă, calmul în persoană. Firesţe, ar fi trebuit s-o pună pe gânduri faptul că frumosul Carsten se preocupa în primul rând de sine,

că lăsa prea puţin spaţiu personalităţii ei, care cu siguranţă că nu era mai puţin profundă decât a sa.

Obsesia Tinei de a găsi un bărbat net superior celor pe care-i întâlnise până atunci i-a redus la tăcere raţiunea. Tocmai de aceea Carsten, cu tertipurile lui de linguşitor, şi-a putut face loc atât de lesne în viaţa ei.

Greşelile femeilor

Ce putem învăţa din povestea Tinei? Care sunt greşelile clasice comise de femei atunci când doresc un bărbat?

- De regulă, femeile nu-şi iau un răgaz suficient, pentru a-l observa mai îndeaproape pe bărbatul ales de ele. În special atunci când de la ultima lor idilă a trecut ceva timp, se face simţită un fel de foame de dragoste. În asemenea cazuri, femeia vrea totul şi imediat. Iar, după cum se ştie, graba strică treaba: îndrăgostita nu se uită destul de atent la obiectul dorinţei sale, nu dă însemnătatea necesară unor lucruri spuse de el, care denotă faptul că omul nu e pregătit pentru un angajament de durată, nu urmăreşte aceleaşi scopuri ca ea.
- Femeile tind să atribuie unui bărbat merite inexistente – iar exagerările lor n-au limite. „Nu arată fantastic? Nu e o gazdă fermecătoare? Mi-a înţeles cineva mai bine vreodată cele mai intime gânduri?" Nu e greu să te autoconvingi de calităţile cuiva, când eşti însetată de iubire. Chiar prinde bine, fiindcă hrăneşte anumite iluzii. În dragoste e nevoie şi de puţină visare, firesţe. Dar atenţie: cine poartă mereu ochelari cu lentile roz, va vedea într-o bună zi negru.
- Femeile îşi închipuie prea adesea că îl vor modela pe bărbat după gustul lor. Dar atenţie: aceasta este o întreprindere fără sorţi de izbândă.

„Îl dau eu pe brazdă"

Cu acest ultim punct, am ajuns la exemplul lui Johannes şi al Paulinei. Johannes e un tip ager, perfect conştient de atuurile sale. Aşadar, nu e cazul să ne mirăm că a avut întotdeauna mare trecere la femei. Nici nu trebuie să se oboseaşcă prea mult ca să placă: se plimbă pe aleile parcului, cu privirea ţintă în depărtare, trupul încordat ca un arc şi mersul elastic – atât e de ajuns, pentru ca ochii tinerelor doamne să nu se poată desprinde de el. Ca şi cum ar purta scris pe frunte un mesaj vizibil de la distanţă: „Ia-mă, sunt o delicatesă!"

Ei bine, Paulina s-a îndrăgostit de Johannes – şi anume cu o asemenea patimă, încât nu-şi mai putea aminti cine fusese ea de fapt, înainte să-l întâlnească. El devenise centrul magic al tuturor gândurilor ei. Munca, prietenele, meciurile săptămânale de badminton, toate îi erau acum indiferente. O singură persoană conta: Johannes.

N-a durat mult şi Johannes s-a mutat la Paulina. Ea avea un apartament într-o vilă, el stătea într-o garsonieră la bloc şi întregul lui avut consta în două geamantane cu haine, câteva cărţi şi un computer, prin urmare mutatul s-a făcut cât ai clipi din ochi. Şi aşa, Johannes trăia împreună cu Paulina, care plutea parcă în al şaptelea cer. Iată că acum îşi avea comoara mereu lângă sine. Ce fericire mai mare ar fi putut să existe? Nici una!

La început, îndrăgostiţii s-au îmbătat unul de altul, au făcut din noapte zi, s-au iubit cu nesaţ, şi-au mărturisit sentimentele şi şi-au celebrat pasiunea. Însă, după ce euforia iniţială s-a risipit, bineînţeles că s-au întors la normalitate. Paulina a devenit din nou Paulina cea dintotdeauna şi şi-a formulat clar dorinţele. Voia să aibă un copil şi să se mărite cu Johannes, să rămână împreună pentru tot restul vieţii. Da, astfel fericirea ei ar fi fost perfectă! Johannes o iubea pe Paulina din toată inima. Numai că el iubea altfel, iar copiii şi căsătoria nu figurau pe lista năzuinţelor sale. Nu i-a venit uşor să-i spună Paulinei aceste lucruri. Totuşi a avut onestitatea s-o facă.

Atunci s-a petrecut ceva ciudat: Paulina părea că refuză să înţeleagă, ca şi cum nici n-ar fi auzit cuvintele lui Johannes. Aparent dădea impresia că acceptă orice condiţii, câtă vreme poate rămâne împreună cu iubitul ei. Dar în taină îşi făcuse un plan îndrăzneţ, spunându-şi: „Îl dau eu pe brazdă". Paulina era ferm hotărâtă să-l prelucreze pe Johannes. Voia să-l schimbe, să-l supună dorinţelor ei. Pur şi simplu nu admitea că Johannes nu era dispus să întemeieze o familie, atât era de convinsă că el şi numai el este omul ce-i poate împlini aspiraţiile, nutrite şi rămase în aşteptare, ani în şir. Şi erau multe. Din păcate, speranţele ei s-au dovedit deşarte: în pofida eforturilor femeii, Johannes a opus rezistenţă tuturor tentativelor de a-l „domestici". Şi nici măcar nu se poate spune că ar fi încercat să-i facă în ciudă Paulinei. Pur şi simplu nu se simţea pregătit pentru viaţa de familie şi voia să fie iubit pentru ceea ce era: un bărbat cu un apetit absolut normal pentru plăcerile vieţii, dar care nu consimţea încă să-şi asume obligaţii de durată. Paulina, dimpotrivă, îl vedea ca pe întruchiparea unică a tuturor însuşirilor ideale. Şi voia să-l ştie legat de ea pentru totdeauna.

În cele din urmă, Johannes a hotărât că fuga e ruşinoasă, dar e sănătoasă, fiindcă Paulina încercase din ce în ce mai stăruitor să-i influenţeze stilul de viaţă. Insista ca el să se îmbrace mai îngrijit. O deranja faptul că prea multe femei întorceau capul după el. Şi ar fi vrut să-l vadă mai preocupat de gospodărie. Într-un cuvânt: Paulina făcuse tot ce-i stătea în puteri, pentru a-l remodela pe Johannes după dorinţele ei şi a se instala pe primul loc în existenţa lui.

Cu ce a greşit Paulina? Am spune că ea s-a repezit la Johannes ca albina la miere. Furată de dorinţele sale, n-a băgat de seamă cum era în realitate relaţia lor: plină de dragoste, însă fără garanţii. A ignorat pur şi simplu faptul că Johannes n-avea nicidecum intenţia să-şi întemeieze o familie împreună cu ea. Paulina şi-a proiectat asupra lui toate dorinţele realizabile şi irealizabile.

În fond, Paulina e o tânără femeie capabilă şi sigură pe sine. Totuşi, există în fiinţa ei ceva ce o face să se poarte cu bărbaţii, într-un mod aproape copilăresc. Ce este acel ceva? Şi de unde vine?

Umbra

Potrivit teoriei marelui psihanalist C.G.Jung, personalitatea vizibilă a fiecărui om este dublată de o alta, ascunsă, numită de Jung „umbra". Aceasta înseamnă că femeia puternică şi conştientă de valoarea ei poartă în sine şi o mică făptură anonimă, şovăitoare, care, chiar dacă nu se dezvoltă şi nu câştigă teren, totuşi îi dă ghes să comită tot soiul de inepţii. Astfel, o femeie cu gândirea fermă şi independentă poate ajunge cândva la ideea de a-şi dori un bărbat care s-o scutească de orice responsabilitate pentru propria ei existenţă, s-o sprijine permanent, s-o ocrotească şi să-i ia apărarea.

Acest revers al nostru lăuntric nu reprezintă nimic grav în sine. Grav e doar faptul că nu-i cunoaştem existenţa. Pentru că, numai sesizând şi ţinând sub observaţie această latură vulnerabilă a personalităţii noastre, îi putem da ajutor, putem lucra asupra ei, eliberând-o.

Exemplul Paulinei demonstrează cât este de necesar acest lucru: chiar dacă în viaţa de toate zilele este o persoană rezonabilă şi stăpână pe sine, îndată ce intră în joc anumite dorinţe inspirate de iubire, raţiunea ei, de obicei atât de promptă, se blochează şi ea se transformă într-o fetiţă încăpăţânată - care sfârşeşte prin a-l pune pe fugă pe Johannes.

Conştientul şi inconştientul îşi declară război

Ce întreţine această nevolnică făptură interioară, pe care femeia puternică o poartă în sine, ca pe o umbră? Un rol decisiv în această privinţă îi revine imaginii pe care femeia

respectivă şi-a făcut-o despre bărbaţi. Asupra ei şi-au lăsat amprenta toate experienţele avute anterior cu bărbaţii.

Cel dintâi bărbat din viaţa unei fete e tatăl. El creează în psihicul ei o impresie de neşters. În cazul majorităţii femeilor, tatăl a impus întregii familii un regim de patriarhat, ceea ce înseamnă că el a dat tonul în casă, iar membrii de sex feminin ai familiei au trebuit să se supună voinţei sale.

În zilele noastre, a început să se petreacă o schimbare: deşi extrem de lent, se infiltrează totuşi în conştiinţe ideea că femeile şi bărbaţii sunt de fapt egali (în drepturi). Conştiinţa noastră aleargă însă şchiopătând în urma realităţii: cum ar fi altfel, de vreme ce s-a format într-o lume dominată de bărbaţi, ce tinde să aşeze opiniile bărbatului şi necesităţile lui mai presus de cele ale femeii?

De aceea, conştientul şi inconştientul unei femei intră deseori într-un conflict violent şi îşi declară război: pentru că, pe de-o parte, femeia puternică doreşte să ducă o viaţă independentă, determinată de libera sa opţiune, iar pe de alta, fetiţa îndărătnică sare întruna din colţul ei, strigând cât o ţine gura.

„Trăieşte fără să-ţi pese de convenţii", poate că spune femeia curajoasă. „Ah, fleacuri! Încetează cu prostiile şi cu aerele astea de emancipare, fă bine şi caută-ţi un bărbat puternic. Ai nevoie de unul, fiindcă tu în realitate eşti slabă", stăruie cealaltă parte din noi. De trăit trebuie să trăim cu amândouă. Iar aceasta devine posibil în condiţii optime, abia atunci când învăţăm să ne cunoaştem mai îndeaproape umbra. Fiindcă ea este responsabilă pentru faptul că uneori ne alegem bărbaţii care nu ni se potrivesc. Bărbaţi pe care, la un moment dat, nici nu-i mai putem suporta.

Orientate spre echilibru şi armonie

Reversul nostru neştiut poate naşte flori otrăvitoare, îndemnându-ne la acţiuni ce nu ne stau bine deloc. Din datele actuale ale cercetării se desprind următoarele: fetiţele de şcoală

şi chiar femeile mature în profesie se prezintă deliberat ca fiind mai puţin inteligente şi având mai puţin succes decât în realitate. Acest lucru este atestat de investigaţiile unei psiholoage de la Universitatea Californiei de Sud, dr. Teri Quatzman. Ea a studiat fenomenul timp de peste trei decenii. Concluzia ei: explicaţia acestui comportament constă în preocuparea pentru contactele sociale şi dorinţa asigurării unei existenţe paşnice cu colegii. Cu alte cuvinte, fetiţele şi femeile se tem că, din cauza prestanţei lor (superioare), vor pierde prietenia colegilor de şcoală ori de serviciu. În general se ştie – şi nu de azi, de ieri – că femeile preferă să adopte o atitudine mai curând rezervată faţă de bărbaţi.

Dacă, pe lângă aceasta, mai luăm în considerare şi educaţia primită, care de regulă le îndeamnă pe femei să-şi reprime tendinţele agresive, comportamentul lor se justifică pe deplin. Adăugând şi faptul că, în cele mai multe familii, ultimul cuvânt îl au bărbaţii, vom înţelege de ce femeile sunt orientate spre echilibru şi armonie. De altfel, ele îşi procură o mare parte a fericirii personale din interesul faţă de alţi oameni: am putea afirma că posedă înalta vocaţie a devotamentului, a dăruirii în beneficiul celorlalţi. Prototipul feminin se caracterizează în general prin nevoia de armonie, prin aplecarea spre altruism şi sacrificii de sine. Pe de altă parte, femeile se tem de conflicte şi ciocniri, adică tocmai de acele lucruri pe care băieţii le învaţă încă din anii de grădiniţă.

Iar situaţia devine cu adevărat dramatică, atunci când, ascunsă adânc în fiinţa femeii, continuă să existe o fetiţă îndărătnică, dependentă de părerea celor din jur, cerşind atenţia pe care i-o oferă sau i-o refuză bărbaţii, deşi femeile sunt pe deplin capabile să ducă o viaţă liberă şi independentă, iar pentru o anumită perioadă nici măcar nu resimt dureros absenţa unui bărbat. Desigur că uneori se vor simţi singure, într-o lume care nu le iubeşte. Şi, de asemenea, va fi necesar să-şi sondeze mai atent universul lăuntric, întrebându-se: De ce s-a întâmplat

până în prezent tot ce s-a întâmplat? Şi în ce măsură sunt eu responsabilă pentru faptul că, până acum, s-au apropiat de mine doar bărbaţii nepotriviţi? Despre foloasele aduse de o asemenea introspecţie veţi citi în partea a doua a acestei cărţi.

Viitorul e de genul feminin

Aşa cum spuneam încă din prefaţă, ne aşteaptă un viitor de genul feminin – cel puţin dacă ar fi să dăm crezare futurologilor. Însuşirile specific feminine, cum sunt spiritul de solidaritate şi intuiţie, n-au fost niciodată atât de apreciate ca astăzi, când lumea îşi afirmă tendinţa, nu numai virtuală, de a se coagula în „comunităţi" şi când fluxul tot mai abundent şi divers de informaţii şi evenimente sporeşte necesitatea unui bun simţ al orientării. Renumitul cercetător Matthias Horx îşi îngăduie chiar opinia că, în anul 2010, Germania ar putea avea un cancelar cu fustă. Într-un interviu acordat publicaţiei berlineze *Tagesspiegel*, el spunea: „Trăim într-o vreme în care autoritatea femeilor se află în continuă creştere: datorită pregătirii lor, a participării la activităţile lucrative, ca şi datorită mutaţiilor intervenite în raporturile dintre bărbaţi şi femei. Şi, întrucât trăim într-o democraţie, această evoluţie îşi va găsi cândva şi expresia politică".

Se pare că, în jungla civilizaţiei moderne, începe să aibă căutare mai ales talentul de organizator al femeilor. Ele, deprinse fiind să-şi asume concomitent o multitudine de obligaţii – să crească nişte copii, să ţină o gospodărie, să câştige bani şi să facă fericit un bărbat – par cele mai indicate pentru a pune ordine în structurile politice şi sociale şubrezite, obligându-le să funcţioneze.

Bărbaţii, „marii perdanţi ai viitorului"

Femeile sunt mari maestre în arta improvizării, pentru simplul motiv că ele trebuie să se mulţumească adesea cu mai puţin (cu o porţie mai mică de putere, libertate, prestigiu şi resurse) decât are la dispoziţie casta bărbaţilor. Faptul e confirmat şi de o prognoză a Universităţii Essex, publicată de revista *Der Spiegel* la sfârşitul anului 1999. Din ea aflăm că bărbaţii au toate şansele să devină „marii perdanţi ai viitorului": „În timp ce femeile singure se distrează în compania unui cerc larg de prieteni şi caută neobosite noi prilejuri de a-şi îmbogăţi cunoştinţele şi a progresa, bărbaţii solitari se pierd într-o viaţă dezolantă: bufete expres, casete video, jocuri pe computer şi nimic mai mult."

În asemenea situaţii, femeilor le vine mai uşor să-şi păstreze tonusul vital, deoarece ele sunt fiinţe comunicative şi sensibile la micile bucurii ale existenţei palpabile: le place să-şi umple bucătăria cu aroma unei mâncări delicioase, încropite din te miri ce, le încântă o rochie frumoasă ori un parfum de calitate. Ştiu să intre în legătură cu oamenii şi cu lucrurile. Aproape întotdeauna, la o femeie locuinţa e mai prietenoasă, bucatele din farfurie mai îmbietoare, iar tezaurul sentimentelor profunde – practic nelimitat.

Putem fi fericite şi singure

Sara trăieşte singură de doi ani. Este o situaţie neobişnuită pentru ea, întrucât cea mai mare parte din viaţa ei a avut un bărbat alături. „Acum îmi redescopăr total existenţa. Firește că, uneori, mi-e dor de cineva care să mă ia în braţe. Însă nu-mi doresc un bărbat cu orice preţ. Pot să-mi permit asta,

pentru că mă simt bine cu mine însămi. Şi a trebuit să mă străduiesc serios, ca să ajung aici. Dacă la început eram complet dezorientată, pe urmă am învăţat repede ce am de făcut. Mi-am căutat un apartament drăguţ şi, cu puţini bani, l-am transformat într-un cuib cald şi primitor. Am o muncă interesantă şi prieteni pe care mă pot bizui. Totodată mă îngrijesc ca, în fiecare săptămână, să-mi pun negreşit în program unul sau două lucruri care-mi aduc bucurie, cum ar fi o seară petrecută cu prietenele sau un spectacol de teatru. Fac acum lucruri pentru care înainte nu-mi găseam timp şi mărturisesc că asta nu-i rău deloc – ba chiar mai bine, încât am uitat cu desăvârşire că, de fapt, mi-ar plăcea să am din nou un partener. În acelaşi timp, încerc să rămân blândă, feminină şi tandră şi să nu închid ochii în faţa unei şanse, dar nici nu ţin să fac neapărat cunoştinţă cu cineva. Simt că această etapă a vieţii mele va mai dura o vreme. Şi e bine aşa".

Fără nici o îndoială, în zilele noastre femeile se descurcă mai lesne cu singurătatea decât bărbaţii, pentru că sunt maestre în împletirea unei întregi dantelării de relaţii sociale şi pentru că majoritatea dintre ele au poftă de ceva mai mult – mai multă bucurie, mai multă împlinire, mai multe provocări din partea vieţii.

Avem aşadar toate motivele să privim viitorul cu optimism – chiar şi în perioadele noastre de singurătate. Atunci, şi relaţia dintre noi şi partenerul dorit cu ardoare va deveni ceea ce trebuie să fie: un demers liber, scutit de crispări şi constrângeri, ce dă vieţii culoare şi gust. În cazul când încă n-aţi cutezat până acum, aş vrea să vă încurajez aici cu un nou îndemn: deveniţi o visătoare cu ochii deschişi! Una care ştie ce vrea şi totuşi are tăria să aştepte, lăsând lucrurile (bune) să se petreacă pur şi simplu.

II. Calea: Cum descoperim bulgărele de aur

Poate că prima parte a cărții v-a dat deja o idee despre cauzele posibile ale faptului că încă n-ați cunoscut până acum bărbații ce vi s-ar potrivi. Privirea dumneavoastră îl va fi căutat exclusiv pe regele sex-appeal-ului. Ori v-ați entuziasmat mereu pentru aceiași indivizi sofisticați, capabili de nenumărate gingășii, dar nu și de consecvență. Dacă acum aveți chef și aflați de ce s-a întâmplat așa, vă invit să mă însoțiți mai departe.

Cunoaște-te pe tine însăți

Am mai spus-o: alegerea defectuoasă a partenerului nu se datorează numai obiectului dorinței noastre. Așadar, „greșeala nu trebuie căutată doar în persoana bărbatului". Vă va fi de mai mult folos în viață să încercați a vă descoperi rădăcinile lăuntrice și laturile umbrite ale sufletului prin întrebări de tipul: Cu ce am contribuit eu la ceea ce mi se întâmplă sau, mai bine zis, nu mi se întâmplă? Ce e în neregulă la mine, ce mă împiedică să întâlnesc omul potrivit?

Astăzi, noi femeile n-avem temei să ne plângem. Ne-am emancipat, ne-am asigurat în general independența economică, ieșim bine pregătite din școli și facultăți și venim în contact cu incomparabil mai mulți oameni – inclusiv bărbați – decât în urmă cu 50 de ani. Prin urmare, auspiciile ne sunt de fapt cât se poate de favorabile și evenimentele ar trebui să se deruleze

pasionant. S-ar spune că totul merge strună: cerul e albastru, păsările cântă și nici un nor nu se arată, ca să întunece orizontul fericirii noastre.

Dacă ridicăm însă vălul optimismului, se vor ivi ici și colo câte o mare insatisfacție, câte un mare semn de întrebare. Iată-ne așadar pe noi, femeile puternice. Dar prea adesea ne aflăm singure cu noi înșine. De ce?

Țelul suprem: echilibrul interior

Să mai zăbovim puțin asupra teoriei umbrei, formulată de Carl Gustav Jung, unul dintre întemeietorii psihanalizei, alături de Freud și Adler. Jung, fiu de portar, psihanalist originar din Elveția și căsătorit timp de peste jumătate de veac, a emis ideea că fiecare personalitate e însoțită de o umbră a sa, o parte de care omul nu este pe deplin conștient și care, deseori, reprezintă exact contrariul a ceea ce respectivul cunoaște despre sine.

Iată un exemplu: dacă o femeie posedă însușirea de a face față oricărei situații, de a-și conduce viața fără dificultăți și se percepe pe sine ca atare, suntem îndreptățiți să presupunem că umbra ei interioară este o făptură pe care am putea s-o caracterizăm simplu și concis drept extrem de neajutorată.

Specialiștii susțin ipoteza că sufletul omului este orientat spre echilibru, întrucât unilateralitatea, cum ar fi sensbilitatea pură sau forța pură, l-ar pune pe animalul sociabil, care e omul, în imposibilitatea de a-și exercita aptitudinile de comunicare socială.

O parte din însușirile noastre – tocmai acea parte ce aparține umbrei – rămâne însă neconștientizată. Ea este cea care dă câteodată naștere înlăuntrul nostru unor impulsuri

neașteptate, iar în manifestările exterioare ne împinge să comitem gesturi de neînțeles, inclusiv pentru noi înșine.

Intențiile pornite din inconștient urcă asemenea unor bule de aer până la suprafața sufletului, pentru ca acolo să plesnească, declanșând un vârtej al confuziei sau chiar o adevărată explozie. Rostul și scopul inconștientului este acela de a menține omul în echilibru, netezindu-i extremele. Dar nu întotdeauna suntem în stare să recunoaștem pe loc avantajele ce decurg dintr-o anumită împrejurare.

Să ne împăcăm cu umbra

A lua cunoștință de reversul personalității noastre înseamnă să aflăm mai multe despre noi, despre propriile reacții rămase deocamdată inexplicabile, despre abaterile de la traseul pe care noi înșine ni l-am stabilit.

Numai cine s-a împăcat cu umbra sa trăiește în pace cu sine, fiind în măsură să apară în ochii celorlalți ca o personalitate fermă, convingătoare.

Celălalt eu

Jenny s-a trudit ani în șir să-și construiască o cameră, până când, într-o bună zi, a început să simtă că unei părți dintr-însa nu-i păsa câtuși de puțin de această ambiție. Se surprindea tot mai des lipsită de elan când trebuia să meargă la lucru, ori incapabilă să se concentreze. Era ca și cum o parte din ea s-ar fi împotrivit oricărui gând îndreptat spre muncă, voindu-se mai degrabă leneșă și spontană. Multă vreme, Jenny n-a știut cum anume să interpreteze acest alter-ego. Era suprasolicitată? Suferea de o formă clasică de epuizare? Trebuia să-și schimbe serviciul, ori măcar să facă o pauză de un an?

Jenny a început să discute cu alții despre „problema" sa. Prietenii au liniștit-o, spunându-i că și pe ei îi încercau uneori asemenea porniri. N-a fost deloc nevoie să-și părăsească postul. A urmat în schimb sugestia unui prieten, care-i propusese să-și găsească o îndeletnicire, unde sârguința și promptitudinea să nu-i folosească la nimic. Pe nepusă masă, i-a venit în ajutor întâmplarea: Jenny a auzit de o mică grădină de zarzavaturi, pentru care se căuta un nou proprietar. S-a hotărât să încerce, a închiriat parcela și a început să-și petreacă un weekend după altul, ocupându-se de ridichi și de roșii. Curând, grădina ei a devenit o oază de liniște și reculegere: totul într-însa creștea frumos și încet, de la sine, fără prea mari intervenții din partea stăpânei. Bineînțeles că ea uda legumele și smulgea buruienile, însă creșterea plantelor depindea în primul rând de apă și lumină, iar nu de ceea ce puteau face mâinile ei. Pentru Jenny, femeia ce-și obținuse succesul pas cu pas, prin propriile eforturi, grădina reprezenta un fel de consolare tainică: iată că existau o mulțime de flori și răsaduri care creșteau singure. Ea putea să se așeze pe banca de lemn, odihnindu-și mâinile în poală. Și-a făcut din asta un ritual: se ducea la grădină ori de câte ori îi îngăduia timpul, ca să-și contemple paradisul verde. Era din ce în ce mai calmă și mai mulțumită: aflase că, alături de Jenny cea ambițioasă, exista încă o alta, care voia pur și simplu să se bucure de liniște. Grădina i-a dat puterea să-și manifeste această nevoie profundă, secretă, de ieșire din timp și de repaos. Așa s-a împrietenit Jenny cu umbra ei.

Ea a reușit o performanță uimitoare: și-a pus de acord eul conștient cu cel inconștient. Nu va fi la fel de ușor întotdeauna, căci în viața noastră există numeroase preocupări cărora le acordăm însemnătate – și care poartă în ele o parte neștiută a personalității noastre.

Feminitatea ca obstacol

O preocupare extrem de importantă în existența unei femei o constituie feminitatea sa și ceea ce decurge dintr-însa, adică dorința normală de a avea un bărbat. Dar să rămânem deocamdată la feminitate: în ultima vreme, ea pare să fi devenit un fel de obstacol de care ne împiedicăm. Însușirile feminine clasice, cum sunt devotamentul, grija altruistă pentru cei din jur și nevoia de comunicare par gravate în noi, o dată cu sexul. Pe de altă parte, însă, aceste calități nu se bucură întotdeauna în societatea noastră de prețuirea pe care o merită cu adevărat. Astăzi știm prea bine că femeile participă cele dintâi la activitățile de asistență socială și voluntariat. Ele sunt motorul unei relații, avansează inițiative și stabilesc contacte. Totuși, de regulă, contribuția lor nu le aduce și recunoașterea sau recompensa cuvenită. De aici, numeroase femei moderne au tras concluzia că virtuțile feminine nu valorează prea mult ori, altfel spus, că punându-le în practică nu ajung prea departe. Însă negarea propriei identități constituie o eroare cu consecințe deloc neglijabile. Căci, o dată ce femeia nu-și mai prețuiește darurile înnăscute sau chiar încearcă să se lepede de ele, respectul ei de sine va fi pierdut.

Desigur că în viața oricărei femei – ca, de altfel, și a oricărui bărbat – există influențe ce lasă urme de neșters, complicând clarificările cu sine. Există crize ori situații aparent fără ieșire, care ne împovărează viața, relații dificile, care ne împiedică să ne maturizăm.

Relația noastră cu părinții

Să îndrăznim a arunca o privire asupra relației noastre cu părinții. Orice personalitate feminină în formare suportă influențe din partea mamei și a tatălui. Cu cât ei acționează cu efecte mai accentuat pozitive, cu atât fetei îi va fi mai ușor să

iasă din rolul de fiică, devenind o tânără femeie independentă și sigură pe sine.

Din păcate, nu aceasta este regula. Multe dintre femeile tinere nu văd în mama lor o prietenă sau pe femeia exemplară, cu care ar dori să se identifice. Căci tocmai spre asta năzuiește un om în devenire, cu disperarea celui ce se agață de firul de pai: posibilitatea de a se identifica în cât mai mare măsură cu unii dintre semenii săi, de a găsi exemple demne de urmat, de a verifica valabilitatea unor modele de existență prin transpunerea lor în practică. Atunci când o femeie nu se poate identifica îndeajuns cu mama ei, ea cedează involuntar întâietatea principiului masculin: tatăl, căruia în primii ani ai copilăriei i se dedică iubirea din stadiul oedipal, va fi acceptat mai târziu ca stăpân și unic deținător al puterii de decizie, pe când dimpotrivă mama, personificare a principiului feminin, va fi tot mai energic respinsă. Multe fete, ale căror mame nu-și trăiesc efectiv feminitatea, își caută de pildă refugiul în excese alimentare.

Fata, lipsită de posibilitatea unei identificări cu mama sa și care, din această cauză, ajunge s-o disprețuiască, admirându-și în schimb tatăl, va așeza de acum înainte masculinitatea mai presus de feminitate, orientându-se în consecință, și în perioada de maturitate a existenței sale, mai puțin după cerințele proprii și mai mult după cele ale bărbaților (considerate a fi „mai importante"). Firește că va rămâne întotdeauna femeie, însă probabil una ce riscă să devină foarte ușor victimă, îndată ce se întâmplă să-și reia rolul în relația tată-fiică. Ea cade victimă bărbaților, care simt nevoia fetei de a se lăsa condusă, o face dependentă în primul rând de un bărbat. Bineînțeles că această schemă de comportament funcționează inconștient – și tocmai de aceea este primejdioasă. Femeia care, în întâlnirea ei cu un partener, se regăsește în relația tată-fiică, acordă prioritate dorințelor bărbatului, minimalizându-le pe ale sale. Se supune instinctiv legilor lui, chiar dacă, în împrejurările vieții de toate zilele, ea se poate manifesta ca o femeie

puternică, independentă şi cultivată. Umbra ei o manevrează într-o altă direcţie decât cea spre care ar dori ea de fapt să meargă.

Tatăl absent

Umbra unei femei, cea care o induce adesea în eroare când vine vorba despre un bărbat, e marcată de imaginea pe care femeia respectivă şi-a format-o asupra bărbaţilor în general, aşa cum am arătat deja pe scurt în prima parte a cărţii.

Încă din cea mai fragedă copilărie, noi îi cunoaştem pe bărbaţi ca pe nişte eterni absenţi. Tatăl, de regulă tradiţionalist, e mereu plecat la muncă şi numai rareori se află acasă. Acestui tată absent îi atribuie psihanaliştii rolul de declanşator al unui fenomen observat mai târziu, în viaţa de adult a femeii: faptul că ea tinde să-şi ofere afecţiunea unui bărbat nestatornic, iar nu prietenului serios, de nădejde, care nu se gândeşte s-o părăsească, ci dimpotrivă, îi pregăteşte cina şi o împresoară cu atenţii tandre.

Imaginea despre bărbaţi, ascunsă în inconştientul femeii, a fost modelată după profilul unui bărbat ce nu-şi exteriorizează sentimentele – nu din rea voinţă, ci de cele mai multe ori fiindcă pur şi simplu nu e în stare s-o facă, deoarece, la rândul lui, a crescut purtând povara aceleiaşi imagini. Căci, în virtutea tradiţiei, bărbaţii au fost educaţi pentru a deveni un fel de luptători singuratici. De aceea nici nu li s-a permis să regrete faptul că nu petrec prea mult timp în familie.

Astfel, an după an, în psihicul fetei ce creştea a prins contur o imagine potrivit căreia prototipul masculin se distinge prin absenţă, rezervă soţiei prea puţin din timpul său şi pregetă să-şi dea în vileag sentimentele.

Datorită acestei imagini, femeia adultă transportă cu sine un întreg bagaj de idei şi păreri referitoare la bărbaţi, care însă nu-şi găsesc obligatoriu confirmarea în viaţa reală. Nota

bene: asupra ei şi-a lăsat amprenta un bărbat patriarhalist. Dar asta nu înseamnă că orice bărbat care îi iese în cale va fi neapărat un ins dominator! Există aici pericolul unei erori de raţionament, similar cu cel pus în circulaţie de faimoasele zicale „Bărbaţii sunt o apă şi-un pământ" sau „Dacă l-ai cunoscut pe unul, îi cunoşti pe toţi". Asemenea stereotipii de gândire sunt departe de realitate, de multitudinea de posibilităţi pe care le implică întâlnirea dintre un bărbat şi o femeie.

Examinaţi-vă imaginea despre bărbaţi

Dacă doriţi să vă clarificaţi cu dumneavoastră înşivă, este important să vă examinaţi în amănunt imaginea despre bărbaţi şi, dacă va fi necesar, chiar s-o reclădiţi din temelii.

- Încercaţi să vă daţi seama cum arată exact imaginea pe care v-aţi făcut-o asupra bărbaţilor. Ca fetiţă, cum v-aţi privit tatăl? Ce raporturi existau între părinţi?
- În cazul când gândiţi rău despre bărbaţi: de unde vin aceste gânduri?
- Ca un fel de program de combatere a tendinţelor dumneavoastră negative, rememoraţi evenimentele ce v-au prilejuit numai experienţe agreabile cu bărbaţii.
- Interziceţi-vă prejudecăţile, tot ceea ce ar putea să sugrume încă din faşă iubirea şi visurile. Astfel veţi rămâne deschisă spre surprize.
- Plonjaţi în profunzimile propriei fiinţe: puteţi defini ce aţi aflat despre reversul persoanei dumneavoastră? Aţi făcut cunoştinţă cu umbra? Dacă aşa stau lucrurile, meritaţi felicitări, chiar şi în cazul când ceea ce aţi descoperit nu vă face defel plăcere. N-are importanţă, acum ştiţi doar că fiecare om, inclusiv persoana cea mai puternică şi mai convingătoare pe care aţi cunoscut-o vreodată, poartă în sine o umbră. Numai

descoperindu-vă umbra, aveți posibilitatea să vă împăcați cu ea și să sesizați tot ce manevrează ea în viața dumneavoastră. Abia după aceea puteți interveni! Tocmai problematica partenerului ideal sau nepotrivit este generată de imagini depozitate în inconștient, de trăsături și afecte refulate.

- Străduiți-vă să implicați în viața de zi cu zi și acea parte a dumneavoastră lăuntrică, tăinuită, probabil mai slabă. Firește, aceasta presupune ceva mai mult decât o decizie deliberată: pentru a ceda spațiu umbrei, va trebui să suportați eventual unele neplăceri, confruntându-vă cu faptul, greu de acceptat, că există în dumneavoastră și laturi complet diferite de ceea ce ați cunoscut până acum. Însă, chiar dacă vi se pare că vă aflați într-o fundătură fără ieșire: după opinia lui C.G. Jung, abia în acest moment aveți toate șansele să faceți un salt uriaș înainte, accelerând evoluția dumneavoastră spre o personalitate împlinită.
- Faceți cunoștință atât cu neputința, cât și cu forța dumneavoastră ascunsă.
- Renunțați să le știți întotdeauna pe toate și să aveți mereu la îndemână soluții pentru orice problemă.
- Fiți convinsă de faptul că, schimbându-vă radical optica asupra feminității dumneavoastră, se va schimba și impresia pe care o faceți (bărbaților).
- Conștientizați influențele ce și-au lăsat amprenta asupra psihicului dumneavoastră. Nu permiteți ca imaginea subiectivă pe care v-ați format-o asupra a ceea ce sunt în realitate bărbații și femeile să rămână statică și imposibil de schimbat („Bărbații sunt niște porci").
- Ultimul punct, dar nu cel din urmă: Acceptați-vă slăbiciunile!

Forța psihicului

Din fericire, nimic nu ne împiedică să ieșim din tiparele în care am crescut. Chiar dacă ați avut o mamă care nu v-a fost un exemplu în materie de feminitate și ați suferit de pe urma unui tată care v-a lipsit de prezența sa, v-a frustrat cu prea puțina lui sensibilitate și tandrețe, puteți depăși vechile structuri, cu condiția să deveniți conștientă de ele.

Din fericire, psihicul nostru e înzestrat cu funcții care îl mențin în stare de sănătate și îl ajută să se elibereze de ceea ce îl împovărează. Psihologia abisală ne învață că în psihicul uman se produc procese de însănătoșire, fără ca eul conștient să participe în vreun fel la ele. Atunci când se întâmplă un astfel de „miracol" interior, avem sentimentul că se desfac niște legături, cedează o anumită apăsare ori apar dintr-o dată, parcă de la sine, transformări pe care le așteptasem îndelung. Există așadar înlăuntrul nostru procese care, fără vreo imixtiune conștientă din partea noastră, schimbă în „bine" ceva din noi.

Funcția transcendentă

Această însușire creatoare, benefică, este numită de C.G.Jung „funcția transcendentă". Procesele respective sunt stimulate de tentativele noastre de a intra în legătură cu inconștientul. Fără veste, ne cade în brațe soluția pe care o așteptasem atâta amar de vreme. Ceva care ne-a chinuit mult timp ne apare dintr-o dată ca fiind complet lipsit de însemnătate. Sau o rană lăuntrică s-a vindecat, fără ca noi să fi acționat pentru a obține această vindecare.

Jung a descoperit că psihicul are capacitatea de a se organiza foarte bine singur. Cunoscând acest lucru, dispunem de o rezervă de consolare și speranță: chiar și atunci când nu mai știm încotro s-o luăm, când aparent ne-am resemnat și am decis să clasăm o temă sau alta (poate și tema „bărbați"),

psihicul nostru e totuşi în stare să ne dăruiască bucuria unei schimbări surprinzătoare.

Desigur că această funcţie transcendentă nu intră în acţiune la comandă. C.G. Jung menţionează două premise importante. În primul rând, este necesar să rezistăm tensiunii psihice, create de o anumită situaţie. Cu referire la „problema noastră cu bărbaţii", asta poate însemna, de exemplu, să nu ne dăm definitiv bătute, după ce am tras cinci lozuri necâştigătoare. În al doilea rând, e important să consimţim la o izolare pentru o anumită perioadă de timp. Singurătatea pare a fi calea, dacă dorim să ajungem mai aproape de noi înşine. Aceasta presupune să ne abţinem pentru o vreme de la obiceiul de a bate oraşul în lung şi-n lat, a ne ocupa ba de una, ba de alta şi a căuta distracţii. Cine se retrage în sine constată că evenimentele exterioare îşi pierd parţial însemnătatea. Astfel, omul lăuntric dobândeşte şansa să se împlinească şi să prindă puteri.

A te conforma acestor două condiţii nu e chiar o joacă de copil: se cere multă răbdare, precum şi stăpânire de sine şi, pur şi simplu, puterea de a aştepta. Însă răsplata va merita efortul - în viaţa dumneavoastră se va produce o transformare durabilă spre mai bine.

Cât de îndelungată trebuie să fie această perioadă de izolare, nu se poate stabili prin reguli general valabile. După o primă etapă dură de schimbare a deprinderilor, multe persoane găsesc totuşi, un anumit farmec în această solitudine liber consimţită, intuind că, de la un punct încolo, nu mai are sens să aştepţi permanent ajutor şi îmbărbătare de la cei din jur. Cel ce rămâne singur cu sine dovedeşte că are curajul de a-şi înfrunta durerea. Exerciţiul principal este poate şi cel mai greu: învăţaţi a lăsa lucrurile să se petreacă pur şi simplu de la sine! Vă îndemn la aceasta din toată inima, căci psihicul îşi regăseşte forţele atunci când ne distanţăm de tumultul lumii, pentru a păşi pe un drum numai al nostru.

Priviţi-vă succesele cu respect

Sunt ferm convinsă de faptul că, în numeroase domenii ale vieţii, femeile reprezintă de fapt sexul tare. Să luăm de pildă situaţia clasică a despărţirii unui cuplu: de regulă, femeia este cea care simte nevoia introspecţiei şi se retrage într-o solitudine provizorie. Dimpotrivă, mulţi bărbaţi au probleme, atunci când trebuie să reziste un timp singuri. Ei încearcă mai curând să-şi înşele durerea, fie cu alcoolul, fie cu munca sau cu compania altor femei – acesta este un adevăr atestat de cercetarea ştiinţifică.

V-aş îndemna, de asemenea, să rememoraţi tot ce aţi realizat până acum cu propriile dumneavoastră forţe. Amintiţi-vă cum şi în ce împrejurări v-aţi aflat cândva în trecut într-o situaţie aparent fără ieşire, dar aţi izbutit să vă redresaţi şi să mergeţi mai departe şi cât de multe aţi avut mereu de oferit altora. Căci şi în aceasta constă tăria femeii: a fi capabilă de autodepăşire.

Răsplătiţi-vă singură, privindu-vă succesele cu respect. Faceţi un bilanţ, însumând ceea ce aţi reuşit până în prezent prin forţe proprii: veţi vedea că nu e puţin şi aveţi toate motivele să fiţi mândră. Gândiţi-vă la:

- prima dumneavoastră locuinţă;
- momentul când aţi absolvit şcoala profesională sau facultatea;
- talentul dumneavoastră de a lega prietenii şi a le păstra;
- grija pentru oamenii ce vă sunt apropiaţi;
- receptivitatea faţă de problemele altora şi compasiunea pentru ei;
- priceperea dumneavoastră de a face mult din puţin;
- capacitatea dumneavoastră de adaptare;
- talentul dumneavoastră de a improviza;
- .....
- .....
- .....

Cu toate acestea, noi femeile rămânem mereu ființe raportate la alte ființe: vrem să ne împărtășim trăirile și să facem loc celorlalți în viața noastră. De aceea, celor mai multe dintre noi nu ne vine ușor să ne așezăm singure la masă. Totuși, câteodată aceasta este soluția optimă. Ne obligă să ne maturizăm și ne pune față în față cu noi înșine. De aceea, învățați să îndurați uneori și faptul că acum nu se întâmplă nimic – chiar dacă, așa cum e și firesc, un asemenea lucru nu poate să nu vă doară.

Confruntarea cu durerea

Poate că v-ați aflat și dumneavoastră vreodată într-o împrejurare când ați simțit limpede că, oricât v-ați strădui și v-ați zbate, această trudă, ea singură, n-ar fi în stare să dea vieții dumneavoastră un nou impuls. E o observație matură. În viață nu putem obține totul, există niște limite și tocmai experiențele ce ne produc suferință ni le semnalează cu nemiloasă claritate.

Cine vrea să se confrunte cu umbra sa, cu acest eu secret care, printre altele purta răspunderea și pentru faptul că alergăm întruna după inși neaveniți, în schimb nu-l băgăm în seamă pe cel ce ne-ar fi un partener ideal, ba chiar îi întoarcem spatele – așadar, cine s-a decis să privească adânc în sine, trebuie, după cum am văzut, să se reculeagă o vreme și, în consecință, va avea de-a face cu singurătatea. Bineînțeles, va fi nevoie să învățăm cum s-o scoatem la capăt cu această stare, pe care de fapt nu ne-am dorit-o. N-o vom primi cu brațele deschise, căci numai plăcută nu e! Pentru că solitudinea prelungită contravine nevoii noastre de comuniune și, de aceea, nu este câtuși de puțin o joacă de copil. Adăpostul oferit de o legătură stabilă, un cuplu, ne apără de răceală, de suferință și singurătate.

Încrederea și siguranța, certitudinea că ni se poartă de grijă și suntem iubite – nu ne putem lipsi de ele o viață întreagă.

Psihologii dezvoltării sunt de părere că teama de a nu primi suficientă iubire nu ne părăsește niciodată cu totul, nici chiar la vârsta adultă. În momentul când apare suferința, ne simțim deposedate de dragoste și mângâiere. De aceea fugim de singurătate ca pisica de apă. Ca să înțelegem folosul durerii și al singurătății, avem nevoie de timp.

Nu David trăiește în noi, ci Goliat

Însă, dacă vrem să învingem singurătatea, trebuie să știm cum anume s-o abordăm – ceea ce înseamnă că, mai întâi, va fi necesar să facem cunoștință cu ea. După aceea, mai târziu, vom găsi în noi puterea să nu ne mai cramponăm de un bărbat, ci să-l iubim în deplină libertate și să-l lăsăm să plece, dacă la un moment dat va dori să facă acest lucru.

„Adevărata speranță devine posibilă abia după ce am păşit de bunăvoie pe marginea deznădejdii și am privit în față ... toate micile morți din viața noastră". Citatul aparține psihoterapeutului american Sheldon Kopp. Tema centrală a preocupărilor sale o constituie confruntarea cu sine și credința în forțele proprii. Acesta este un capitol important pentru toți aceia care doresc ori sunt siliți să întâlnească durerea în singurătate. Dar tocmai în situațiile de criză am vrea mai bine să fugim de noi înșine și să ținem toate lucrurile neplăcute cât mai departe de persoana noastră. Eventual evadăm în amoruri ieftine, aventuri, sau în muncă, pe scurt, în orice ne poate schimba gândurile. Dacă totuși suferința nu se dă dusă, reacționăm deseori chiar cu violență: „De ce mi se întâmplă așa ceva tocmai mie? De ce eu?" Începem să ne revoltăm contra destinului, să simțim că viața se poartă nedrept cu noi.

Stop! Căci, în acest fel, ne subapreciem puterea de a supraviețui. Nu David trăiește în noi, ci Goliat, atunci când ne deprindem să îndurăm o fază provizorie de singurătate și de neîncredere în forțele noastre.

Timpul suferinței – timpul înseninării

Etapele de dezvoltare au valoarea unei șanse: aceea de a-ți regândi viața și a o așeza într-o nouă ordine. Condiția esențială este să nu eviți confruntarea cu tine însăți, ci s-o înduri vitejește. Atunci, perioada de timp marcată de suferință, care la prima vedere îți pare pustie și zadarnică, poate deveni cu adevărat un timp al înseninării.

Carolin povestește: „Ajunsesem la un moment din viață, când nu mai simțeam altceva decât durere. Despărțirea de soțul meu, divorțul și noua lui căsnicie mi se păreau de nesuportat. Chiar dacă toate se petrecuseră în urmă cu câțiva ani, eu nu reușeam defel să uit jignirea suferită. Prietenii își pierduseră răbdarea cu mine: pur și simplu nu eram în stare să iau de la capăt o viață „normală". Sigur că îmi vedeam de serviciu și, din când în când, mă întâlneam cu niște prieteni. Însă, până la urmă, nicăieri nu mă simțeam în apele mele. Mă agățam cu încrâncenare de durerea aceea și nu m-aș fi desprins de ea nici măcar pentru o secundă. Lucrul cel mai grav era că nici nu-mi trecea prin minte să încep o viață nouă. N-aveam tăria să pun un punct final și să las în urma mea tot ce se întâmplase. Principalul meu subiect de discuție era această veșnică suferință și așa am îndepărtat, fără să vreau, câțiva prieteni, care s-au săturat să mă audă mereu autocompătimindu-mă.

Mi-a trebuit mult timp ca să mă hotărăsc pentru un nou început și m-am simțit pregătită pentru asta, abia după ce l-am iertat sincer pe cel ce-mi fusese soț. Din acea clipă, el n-a mai avut nici o putere asupra mea, iar suferința a devenit de prisos. Trebuie să spun însă că ajunsesem efectiv la capătul puterilor, nu numai psihic, ci și fizic. Știam că va trebui să treacă o bucată de vreme, până să-mi vin în fire. O bună prietenă m-a sfătuit atunci să mă ocup mai atent de mine. Și exact asta am făcut. Mi-am spus că, în loc să tot aștept ajutor de la alții, îmi folosea mai mult să mi-l dau singură. Eu și numai eu purtam

răspunderea pentru starea mea de sănătate și echilibru. Am înțeles că mă neglijasem, ca și cum mi-aș fi pierdut orice urmă de respect pentru propria mea viață. O desconsiderasem, tratând-o ca pe ceva ce nu mai merită interes.

Spre norocul meu, am reușit să mă scutur și să ies din amorțire. Am început să mă îngrijesc de mine, așa cum te îngrijești de un copil mic, de pildă luam seama ca să dorm destul și să mănânc tot din farfurie. Mi-am cumpărat niște cărți bune, fără să mă uit la preț. Ceea ce-mi pria devenise obligatoriu. Mă duceam la saună ori de câte ori aveam chef sau îmi făceam cadou un compact-disc cu o muzică liniștitoare, care-mi sugera că viața e frumoasă.

În mare măsură, mă izolasem. Știam acum că îmi chinuisem prietenii cu melancolia mea. Se cuvenea așadar să le restitui în sfârșit o Carolin capabilă să le ridice și lor din când în când moralul! Pur și simplu a trebuit să mă retrag un timp în singurătate, ca să-mi ling rănile și totodată să găsesc un drum nou.

Am avut nevoie de aproape un an, ca să reclădesc ce se ruinase în mine. Apoi schimbarea a devenit vizibilă: am observat cum greutatea care-mi apăsa pe inimă ceda treptat, cum zbaterea dinlăuntrul meu se liniștea de la o zi la alta. Acea stare insuportabilă de agitație interioară, care mă torturase atâta vreme, apărea tot mai rar. Am constatat că mușchii feței mi se destind – foarte lent, ce-i drept, dar era fără îndoială o decontractare – și am început să râd din nou! Nu mă mai lăsam imediat doborâtă, atunci când vechile sentimente pentru fostul meu soț mi se mai strecurau fără voie în suflet.

După perioada mea de pustnicie, lucrurile au pornit cu hotărâre spre bine: am luat iarăși legătura cu prietenii, am stabilit să ne vedem, s-au bucurat să mă regăsească într-o formă bună, iar admirația lor mi-a făcut plăcere. Acum ieșeam în lume, mă distram, ba chiar m-am surprins privind iarăși cu interes un bărbat – altul decât cel care fusese soțul meu. Se poate spune că am izbutit să mă însănătoșesc".

Schimbați-vă radical imaginea despre bărbați

Carolin a reușit să se smulgă din durerea ei. Acesta este un prim și foarte important pisc ce trebuie escaladat în procesul clarificării cu sine.

Cel de-al doilea are legătură cu bărbatul visurilor noastre. Întrebările de la care luăm startul sună la fel ca până acum: Cum îmi găsesc partenerul ideal? De ce fac întruna alegeri greșite? Și de ce nu știu încă să-l descopăr pe omul potrivit pentru mine? Nenumărate întrebări, ce așteaptă tot atâtea răspunsuri. După cum ați citit deja în capitolele anterioare, „succesul" nu depinde în exclusivitate de obiectul dorinței noastre, ci, în foarte mare măsură, de noi înșine și de experiențele avute în trecut. Deseori ne barează calea o imagine falsă asupra bărbaților și a relației cu ei. Despre ce este vorba? Eventual despre prejudecăți de tipul:

- toți bărbații sunt stupizi;
- orice ai face, până la urmă tot te trag pe sfoară;
- nu există dragoste;
- oricum nu merită să-ți dai osteneală cu bărbații.

Clișeele peste bord

Iată ce vă propun: aruncați peste bord toate clișeele, ideile preconcepute și profețiile pesimiste, ce vă îndeamnă la generalizări care nu-și au rostul. De asemenea: trebuie să înțelegeți că un bărbat nu este, prin însăși natura sa o ființă care intenționează să vă facă rău. Ba chiar lucrurile stau exact invers, cu condiția ca noi să fim apte să-i ieșim în întâmpinare cu o atitudine matură, ceea ce înseamnă, printre altele, să ne fi debarasat de prejudecăți și de opinii anchilozate.

Așa cum a făcut Judith. Prietenia ei cu Marc dura de mai mulți ani. De fapt, Marc era un bărbat drăguț și cumsecade, însă Judith n-avea pic de încredere în el. Iar bietul Marc nici

măcar nu păcătuise cu ceva. Mai degrabă Judith își formase încă din copilărie convingerea că pe bărbați nu poți să te bizui. Pe când era doar o fetiță, tatăl ei își părăsise familia din pricina altei femei, iar cei trei copii, împreună cu mama lor, trecuseră prin situații foarte grele. Astfel Judith crescuse contaminată de suspiciuni împotriva sexului tare. „Să nu te încrezi vreodată într-un bărbat": acest cuvânt de ordine mama nu-l pronunțase nicicând, dar trăise în așa fel, încât îi transmisese scepticismul său. Ca adolescentă și mai apoi ca adultă, Judith n-a putut lăsa deoparte dubiile și reținerile. Pur și simplu nu reușea să se apropie deschis și firesc de un tânăr: îi venea greu să-i acorde deplină încredere „alesului" ei.

Dacă Marc se ducea la un pahar cu colegii ori îndrăznea să petreacă o seară cu prietenii lui de la cafenea, putea fi sigur că, la întoarcere, Judith îl va bombarda cu întrebări: „Unde ai fost? Cu cine ai stat de vorbă?" Femeia avea neîncrederea în sânge și de cele mai multe ori, din păcate, o arăta la momentul nepotrivit și cu prilejul nepotrivit. Probabil ca lucrurile ar fi mers așa la nesfârșit, dacă într-o bună zi Marc n-ar fi strigat din toate puterile: „Stop!" Bănuielile ei sistematice amenințau să-l îmbolnăvească de nervi. Într-o seară, când cei doi invitaseră câțiva amici de la birou, situația a scăpat complet de sub control: Judith s-a încăpățânat dintr-o dată să creadă că Marc avea o legătură cu o colegă. Bineînțeles că nu era adevărat. Dar Judith a fost ultima care a băgat de seamă. Abia după ce s-a făcut cu totul de râs, a recunoscut că presupunerile erau neîntemeiate: cumplitele ei bănuieli nu fuseseră altceva decât niște năluciri.

Datorită răbdării și înțelegerii lui Marc, a putut vedea situația așa cum era de fapt: un scenariu de groază, născocit de ea însăși. A înțeles că Marc nu era nici pe departe ipocritul pe care și-l imaginase.

Judith a avut norocul să trăiască un moment crucial, acela când l-a văzut pe Marc așa cum era de fapt. Brusc, el a încetat să fie copia la indigo a tatălui, a omului care își ratase

căsnicia sub ochii ei. Pentru prima dată, ea a devenit pe deplin conştientă de iubirea sinceră pe care i-o dăruia Marc.

Metamorfoza trăită de Judith s-a desăvârşit mai întâi în ea însăşi, independent de partenerul său. Judith a evoluat de la stadiul de fetiţă veşnic nemulţumită la acela de femeie matură, iubitoare. Ea şi-a recunoscut şi erorile de percepţie şi a învăţat un lucru: că nu-i era permis să-l trateze în continuare pe Marc cu acelaşi scepticism.

Poate că această poveste v-a pus puţin pe gânduri, dragele mele cititoare. Poate procedaţi şi dumneavoastră ca Judith, care avea probleme cu imaginea ei despre bărbaţi şi, când trebuia să calculeze totalul, rotunjea mai curând în jos decât în sus. Cu siguranţă că aveţi nişte motive personale care vă îndeamnă la asta. Totuşi, încercaţi o schimbare de optică: îmi permit să afirm că în prezent bărbaţii sunt priviţi mai critic, însă femeile nu-şi pun întrebarea cum se explică această pierdere de prestigiu.

Tocmai aici se ascunde capcana: nu luăm în seamă un tip formidabil, pentru că înaintea lui am întâlnit o sumă de exemple negative. E totuşi primejdios să procedăm astfel.

Am văzut, în prima parte a acestei cărţi, că nu ne foloseşte prea mult să idealizăm un bărbat. Însă vă rog să nu faceţi nici contrariul: nu-i reproşaţi cusururi care nu există. Şi zvârliţi cât colo clişeele prăfuite, referitoare la bărbaţi. Fiindcă bărbaţii nu sunt în nici un caz

- idioţi,
- fiinţe insensibile,
- indivizi care vor un singur lucru.

Priviţi cu atenţie. Ascultaţi cu atenţie. Şi vă veţi da seama că bărbaţii şi femeile urmăresc cu toţii acelaşi scop. Pentru că doar acest unic scop contează: a iubi şi a fi iubit.

Mitul îndrăgostirii

Dacă ne pierdem capul, aceasta nu se întâmplă defel datorită intervenţiei unei puteri misterioase. Nicidecum: când ne îndrăgostim, atunci nu ne îndrăgostim doar de bărbatul care ne trezeşte dorinţa, ci şi de o parte din noi înşine.

Cum e cu putinţă? C.G. Jung ne spune că femeile poartă în ele însele o anumită componentă masculină (şi invers, bărbaţii posedă o componentă feminină). Biologii ar putea s-o confirme: organismul femeii produce nu numai hormoni sexuali feminini, ci şi masculini. Dar nu asta îl interesează pe C.G. Jung. El se referă la psihicul feminin.

Ei bine această componentă masculină nu se constituie la voia întâmplării: după cum aţi citit deja, orice fată şi orice femeie în formare este marcată de experienţele sale cu bărbaţii: cu tatăl ei, cu primul iubit etc. Această parte bărbătească din noi, pe care o cunoaştem şi care ţine de viaţa noastră, îşi caută corespondentul şi nu-l poate găsi numai în feminitate. În consecinţă, femeia se îndreaptă spre un bărbat – pentru a se descoperi pe sine, prin partenerul său de sex opus.

Chiar dacă nu prea sună romantic: faptul că ne îndrăgostim şi alegerea pe care o facem se află în strânsă legătură cu propria noastră persoană. Căci, în ultimă instanţă, în obiectul pasiunii noastre aspirăm să ne întâlnim înainte de toate cu noi înşine. Şi anume, cu acea parte din noi, pe care şi-au lăsat definitiv amprenta anumiţi bărbaţi – inclusiv, din păcate, prin experienţele negative trăite cu ei. Tocmai acest lucru deschide uşa şi netezeşte calea partenerului nepotrivit, care va manifesta faţă de noi acelaşi comportament detestabil.

Prima necesitate: o schimbare de optică

De aici rezultă că ceea ce ne trebuie, pentru a găsi în cele din urmă bulgărele de aur visat, este o schimbare de optică. Încercaţi mai întâi să definiţi singură ce orientare v-au imprimat

bărbații care au lăsat urme vizibile în viața dumneavoastră – tatăl, primul prieten, fratele. În ce măsură au modelat ei imaginea pe care o aveți astăzi despre bărbați?

Dacă veți reuși să aflați de ce cădeți într-una în brațele unui anumit tip de bărbat – probabil este acela care v-a marcat cel mai puternic existența și nu neapărat în sens pozitiv – veți crea astfel posibilitatea ca în viitor să preferați parteneri de alt tip, de exemplu unii care să vă ofere mai mult timp, sentimente mai profunde, o consecvență mai durabilă decât știați că există.

- Porniți în căutarea unui bărbat care să pună preț pe relația cu dumneavoastră, să acorde importanță politeței și apropierii sufletești, să fie demn de încredere, și capabil de gesturi cavalerești.
- Dați bărbaților șansa de a vă dovedi că sunt astfel! Cu alte cuvinte, nu vă pripiți, judecându-i prea aspru pe bărbații care nu corespund imaginii dumneavoastră ideale. Stați de vorbă cu ei pe îndelete, pentru a vă face o impresie.
- Feriți-vă să emiteți o judecată prea rapidă asupra unui bărbat pe care abia l-ați cunoscut.
- Nu-i respingeți pe cei care încearcă să se apropie de dumneavoastră.
- Nu fiți din capul locului neprietenoasă, distantă sau orgolioasă. Altfel, bulgărele de aur veritabil nici nu se va încumeta să vă abordeze.

De ce e minunat să ai nevoie de bărbați

Astăzi, noi femeile dispunem de posibilitatea de a ne realiza. Totuși, ceva din noi aspiră către o completare necesară, iar ea își are rostul ei. Firește, cele mai multe probleme existențiale se pot discuta perfect cu o bună prietenă. Adesea, rudele de sânge ne sar în ajutor, ferind barca noastră, luată de curent, să se ciocnească de stâncile vieții. Să nu uităm nici independența financiară, care ne permite să ne satisfacem din

când în când chiar și câte un capriciu mai costisitor. Cu toate acestea, rămân unele lucruri ce nu pot fi trăite decât în tovărășia unui bărbat. Bineînțeles, este vorba în primul rând de fleacul acela, cel mai frumos din lume: femeia care susține că se poate lipsi de sex pe termen lung, nu face până la urmă altceva decât să se automutileze. Apoi, există acea intimitate și atracție, provenită din deosebirile dintre sexe, care ne seduce și ne îmbogățește. A căuta bărbatul potrivit, alături de care să-ți duci viața, este un lucru perfect justificat și important.

Anne avea în buzunar un contract fabulos: izbutise să-și schimbe serviciul cât ai clipi, convingându-i pe șefii cei mari de talentele ei. Nimeni nu știa însă că, seară de seară, se băga în pat tremurând, stăpânită de o îngrijorare ce o împiedica ore întregi să închidă ochii. Tocmai acestea erau clipele când și-ar fi dorit reazemul unui umăr puternic, un bărbat care s-o liniștească și să-i dea curaj.

În numeroase situații, o femeie găsește mai mult sprijin la un bărbat decât la o altă femeie. Sunt ferm convinsă că bărbatul poate contribui în foarte mare măsură la atenuarea stresului unei femei – și invers. În mod evident, cea mai bună prietenă a noastră nu reușește, ea singură să ne sprijine și să ne prindă în brațe înainte de a cădea, atunci când ne împiedicăm pe un parcurs accidentat. Fără îndoială, femeile moderne sunt apte să-și valorifice șansele la maximum. Dar, în ultimă instanță, ne simțim pur și simplu mai bine, având un partener care să ne aducă o altă perspectivă asupra vieții, să ne dăruiască sentimente profunde, să ne îndrepte privirea în direcții noi și să ne susțină emoțional în orice împrejurare.

Recunoașteți că vă trebuie ajutor!

În zilele noastre, femeile sunt în general pândite de primejdia ca, după o anumită perioadă de solitudine, să piardă deprinderea de a-și recunoaște fragilitatea și nevoia de a primi ajutor. Ele își formează convingerea că pot sau trebuie să-și

rezolve toate problemele şi devin din ce în ce mai dure şi mai distante. Dar aceasta este o eroare fatală, căci în fond fiecare femeie tânjeşte instinctiv după intimitate şi ocrotire, prin urmare ar fi mai înţelept să se străduiască a-şi împlini aceste cerinţe firești.

Vă sună cunoscut ceea ce vă spun? Sunteţi şi dumneavoastră de părere că nu vă trebuie un partener, fiindcă vă descurcaţi de minune singură? Cercetaţi-vă puţin:

- Sunteţi în stare să priviţi un bărbat în ochi mai mult de două secunde?
- Acceptaţi un ajutor, atunci când vi se propune?
- Puteţi lăsa mândria la o parte, arătându-vă uneori slabă şi neajutorată?
- Când aveţi nevoie de ajutor, sunteţi capabilă s-o mărturisiţi?

Răspunsurile la aceste întrebări vă vor lămuri în legătură cu poziţia dumneavoastră. Veţi afla dacă sunteţi deja prinsă în capcana lui „Pot-totul-singură" ori mai degrabă înclinaţi să credeţi că viaţa în doi este de fapt mai uşoară şi mai frumoasă. Un amănunt esenţial: nu vă ascundeţi în spatele unei măşti! În dialogul cu un bărbat, arătaţi-vă fără reticenţe dorinţele.

Pentru că:

- Bărbaţii n-au virtuţi telepatice, adică n-au de unde să ştie ceea ce nu le spuneţi.
- Bărbaţii ajută cu plăcere – atunci când li se permite şi când ştiu cum s-o facă.
- Veţi apărea mai atrăgătoare în ochii bărbaţilor, arătându-le că n-o scoateţi la capăt singură şi că aveţi nevoie de ei.

Încercaţi!

Nu vă ascundeţi aspiraţiile

Numeroase femei îşi camuflează dorinţele şi necesităţile reale cu îndemânarea unor adevărate specialiste. Probabil că s-au deprins treptat, fie să se prefacă puternice şi insensibile, fie să se prezinte drept persoane şterse, insignifiante.

Examinaţi-vă cu luare aminte: câte din însuşirile a căror denumire începe cu prefixul „in-" v-ar putea atribui un bărbat care încă nu vă cunoaşte? La prima vedere, câte par să vi se potrivească? Vă prezentaţi drept:

- insensibilă?
- inaccesibilă?
- insignifiantă?
- inabordabilă?
- inconciliabilă?
- invizibilă?
- indiferentă?
- intangibilă?

Poate vă comportaţi astfel, deoarece până în prezent v-a lipsit prilejul de a vă arăta aşa cum sunteţi în realitate sau fiindcă familia dumneavoastră n-a manifestat suficient interes pentru fetiţa care aţi fost cândva şi, în parte, continuaţi să fiţi şi astăzi.

De ce multe femei îşi abandonează visurile

Dintre cei doi copii, Lisa a fost mezina. Părinţii aveau o măcelărie, iar fratele mai mare nu s-a codit să le dea o mână de ajutor, încă de pe când era un băieţandru. Cu totul altfel au stat lucrurile cu Lisa: magazinul care asigura existenţa familiei îi producea un dezgust îndârjit şi, oricât ar fi insistat părinţii, nu

putea fi înduplecată să-şi facă datoria de a se duce acolo, după orele de şcoală. Lisa e o tânără plină de sensibilitate, cu înclinaţii străine părinţilor ei: iubeşte cărţile bune şi muzica clasică. Odinioară, când familia se strângea în jurul mesei, la cină, subiectele de conversaţie nu-i făceau nici o plăcere, fiindcă le găsea din cale afară de pragmatice. Rareori îndrăznea să deschidă gura şi să spună ce gândea. Când o dată şi-a exprimat dorinţa de a învăţa să cânte la vioară, tatăl a reacţionat doar cu un gest plictisit: poveste veche, şi bunicul se apucase de aşa ceva – iar după patru săptămâni se lăsase păgubaş. E de prisos să mai spunem că tatăl Lisei nu s-a ostenit câtuşi de puţin să-şi dea seama în ce măsură fata lua în serios această dorinţă. Era o adevărată tragedie: îndată ce Lisa începea să vorbească despre viaţa şi visurile sale, i se închidea gura cu brutalitate. În fond, părinţii nu voiau să afle nimic din ceea ce se petrecea în mintea Lisei: poate erau pur şi simplu incapabili să se ridice la înălţimea fiicei lor. „Domnişoara are o chemare înaltă" – obişnuia s-o ia peste picior fratele mai mare.

După cum era şi de aşteptat, Lisa s-a retras tot mai mult în sine, ca într-o carapace. Problemele ce o preocupau le mai discuta uneori cu prietenele. A trecut mult timp, până când a răzbit acolo unde visa de fapt să ajungă: să studieze şi să devină profesoară. La început, părinţii s-au amuzat de o asemenea idee. Însă Lisa a rămas fermă pe poziţie. Şi şi-a realizat visul. Totuşi, o concluzie negativă s-a fixat în bagajul experienţelor ei de viaţă: dacă te arăţi aşa cum eşti, vei fi luat în râs.

Multă vreme, Lisa s-a străduit din răsputeri să nu atragă atenţia nimănui şi să nu contrarieze pe nimeni. Cele trăite în casa părintească o învăţaseră un lucru: cine trece neobservat, nu va avea probleme. Astfel, ea a devenit indiferentă faţă de propriile sale necesităţi. Însă lucrurile au luat brusc o altă întorsătură, îndată ce Lisa şi-a obţinut licenţa. Pentru elevele ei, tânăra profesoară părea a fi o şansă providenţială: îi destăinuiau problemele lor şi primeau sfaturi.

Încetul cu încetul, Lisa simţea cum profesia ei se transformă în vocaţie. Pe de altă parte, contactul cu elevele i-a dat prilejul să observe cât de clar şi direct îşi formulează copiii dorinţele. Şi a învăţat de la ei: de acum înainte, voia să încerce ea însăşi să spună cu glas tare ce anume doreşte de la viaţă, de la sine şi de la alţii. La 28 de ani, a îndrăznit s-o facă pentru prima oară.

Luaţi-vă în serios!

Exemplul Lisei demonstrează cât este de „normal" ca oamenii să se deformeze, pentru că le lipseşte curajul să exprime ceea ce doresc, pentru că n-au motive să spere că cineva îi ascultă şi îi ia în serios. Dragele mele cititoare, mi se pare că a sosit momentul să vă fac un îndemn: luaţi-vă în serios pe dumneavoastră înşivă. Căci acesta va fi capitalul lăuntric de care veţi dispune şi un important pas înainte, dacă într-adevăr doriţi să-l întâlniţi pe bărbatul ce vă va împlini viaţa.

Imaginaţi-vă că l-aţi întâlnit – pe el, partenerul ideal. Ce credeţi că se va întâmpla? Probabil că nu se va întâmpla absolut nimic, dacă nu veţi fi în stare să vă faceţi remarcată, adică: să vă prezentaţi aşa cum sunteţi în realitate.

Reflectaţi o clipă şi apoi răspundeţi: vă place câteodată să jucaţi un anumit rol? Fiţi sinceră: da, cu siguranţă (toată lumea o face)! Despre ce rol e vorba? Numai această clarificare vă va da posibilitatea să vă lepădaţi de masca dumneavoastră. Poate este rolul

- optimistei înzestrate cu o bună dispoziţie permanentă?
- amatoarei de petreceri?
- unei persoane reci şi distante?
- seducătoare, în jurul căreia roiesc mereu bărbaţii?

Gândiţi-vă la faptul că, prin fiecare cuvânt şi gest, prin fiecare atitudine, emiteţi neîntrerupt semnale. „Nu putem să nu

comunicăm", a spus odată un om înțelept, pe nume Paul Watzlawik. Totul conține așadar un mesaj, chiar dacă dumneavoastră nu intenționați acest lucru.

Nu uitați: bărbatul care se interesează de dumneavoastră recepționează atent transmisia. Tocmai de aceea, vă sfătuiesc să încheiați un pact cu propria persoană:

- Nu încercați să vă păcăliți pe dumneavoastră înșivă.
- Nu încercați să-i păcăliți pe alții.
- Faceți efortul de a deveni, de la o zi la alta, tot mai cinstită față de sine.
- Convingeți-vă de propriile dumneavoastră calități. Abia apoi veți fi în măsură să-i convingeți de acest lucru pe alții (pe bărbați).

Nu vă ascundeți aspirațiile, ci lăsați-le să se vadă. Vă e dor de un bărbat care să vă poarte de grijă și să vă ajute să cărați povara ce apasă pe umerii dumneavoastră nu tocmai vânjoși? Atunci faceți bine și dați-i de înțeles bărbatului dorit că nu vă descurcați de una singură. Căci aceasta este o comportare greșită, din pricina căreia eșuează multe dintre noi: mimează femeia puternică și astfel țin bărbații la distanță.

Mulți tipi formidabili se simt complet intimidați în fața așa-ziselor femei puternice – pentru că ele se poartă ca și cum ar fi perfect stăpâne pe viața lor.

Îndrăgește-te, chiar dacă ești slabă

Să presupunem că sunteți de acum pregătită: gata să lăsați ca întreaga dumneavoastră atitudine să trădeze un anume „apetit". Vă deschideți către sexul opus, semnalizați simpatie și interes. Bravo! În acest caz, ați ajuns destul de departe.

Și totuși, se poate întâmpla ca partenerul potrivit să nu se ivească la orizont cu nici un chip, ca în viața dumneavoastră să nu adie parfumul îmbătător al iubirii și să n-aveți parte de visuri dulci. Ce va fi de acum înainte? Aici există primejdia să

vă pierdeți curajul, să începeți a privi cu ezitare și teamă în viitor, cu tot mai puțină încredere în șansele dumneavoastră de fericire.

Cine a trecut prin multe, are din când în când de-a face și cu latura sa slabă, care obișnuiește să se văicărească și să umple batistele cu lacrimi, care nu vrea decât să se ghemuiască într-un colț, hohotind la nesfârșit, și nici în ruptul capului nu s-ar mai ridica de acolo.

Dacă v-ați epuizat resursele de curaj, nu aveți nici un motiv să vă interziceți această stare de spirit. Îngăduiți-vă să simțiți astfel: nu știți deocamdată încotro veți porni, de astă dată nu aveți nici o soluție la îndemână și, pentru o clipă, viața v-a adus la disperare. Hotărâtor într-o asemenea criză este să păstrați atâta luciditate câtă vă trebuie, ca să nu vă considerați personal vinovată pentru tot ce n-ați reușit. Învățați să fiți blândă cu dumneavoastră înșivă!

Deveniți buna dumneavoastră sfătuitoare

Închipuiți-vă că un bărbat v-a părăsit, fără să vă explice motivele ce l-au determinat să facă acest pas. Simplificând la maximum situația, într-un asemenea caz aveți două posibilități de a reacționa. Prima variantă: vă veți acuza și urî pe dumneavoastră înșivă pentru cele întâmplate. A doua: găsiți cât mai grabnic tăria de a afirma, cu un calm superior, faptul că vina nu vă aparține în mod obligatoriu. La urma urmei, o relație presupune întotdeauna existența a două persoane.

Am văzut deja că alegerea unui partener nepotrivit se explică prin acțiunea anumitor resorturi ascunse din psihicul nostru. Însă, pornind de la acest aspect, n-ar trebui să mergeți atât de departe, încât să vă înverșunați împotriva dumneavoastră înșivă ori, și mai rău, să vă pedepsiți cu ură și dispreț.

În momentele când supărarea vă copleşeşte, deveniţi buna dumneavoastră sfătuitoare:

• Într-o situaţie dată, nu vă condamnaţi nicidecum pentru insuccesul suferit.

• Fiţi îngăduitoare cu dumneavoastră, toleraţi-vă momentul de deprimare şi lipsa de curaj. Importantă va fi silinţa de a găsi şi aplica măsurile adecvate, pentru ca această „cădere liberă" să nu se prelungească la infinit.

• Retrageţi-vă în carapace, dacă aşa aveţi chef. Dar nu ignoraţi chemările celor ce încearcă să vă scoată afară. Iar, când vă retrageţi, faceţi-o cu intenţia ca, după un timp, să ieşiţi întărită din durerea dumneavoastră.

• Evitaţi să daţi vina pe alţii. V-a rănit cineva? Prietena cea mai apropiată nu v-a înţeles pe deplin? Toată lumea e ocupată şi vi se pare că v-a întors spatele? Nu porniţi de la ideea că alţii vă vor răul. Încercaţi să înţelegeţi că nu toţi oamenii pot reacţiona ireproşabil în permanenţă şi că majoritatea semenilor noştri sunt absorbiţi în primul rând de propriile lor interese.

• Dacă simţiţi nevoia să lânceziţi, nu v-o luaţi în nume de rău. N-aveţi poftă de petreceri, ieşiri în oraş, zarvă şi veselie? Foarte bine! Când suferiţi, e mai bine să suportaţi durerea în linişte, decât s-o combateţi imediat printr-o acţiune oarecare.

• Răsfăţaţi-vă singură mici bucurii, dacă nu se află prin preajmă nimeni care să vă consoleze. Lumina filtrată printr-un abajur colorat, o baie fierbinte cu esenţe aromate, un film captivant la televizor sau un roman stufos pe noptieră vă vor schimba puţin gândurile. Şi în plus: delectaţi-vă ronţăind nişte ciocolată, prăjituri sau alte dulciuri care vă lasă gura apă. Studiile efectuate de cercetători au stabilit că alimentele dulci şi savuroase dau femeilor un sentiment de alinare.

• Acceptaţi o amânare a visurilor dumneavoastră de fericire şi a ambiţioaselor realizări personale. Rezistaţi vitejeşte

chiar şi atunci când nici o stea nu coboară din cer, ca să vi se aşeze în palmă.

• Îndrăgiţi-vă chiar dacă sunteţi slabă! Poate că într-o asemenea situaţie nu vă simţiţi tocmai frumoasă ori demnă de a fi dorită, însă nu uitaţi: cu deosebire acum (mai mult decât altă dată) sunteţi autentică şi aveţi farmecul sincerităţii.

• Nu vă condiţionaţi în exclusivitate fericirea de existenţa sau inexistenţa unui bărbat în viaţa dumneavoastră. Gândiţi-vă la faptul că sunt extrem de puţini oamenii cărora le este dat să aibă un partener stabil de-a lungul vieţii. Uneori intervin întreruperi necesare, chiar dacă nu le vom recunoaşte utilitatea decât mai târziu, la o privire retrospectivă. Dacă în prezent se întâmplă să n-aveţi un partener, ar trebui să conştientizaţi şi avantajele acestei situaţii: sunteţi liberă să faceţi tot ce vă trece prin cap, să experimentaţi şi astfel să vă cunoaşteţi mai bine. Sigur, asta nu ne procură în permanenţă numai plăcere. Dar face parte din existenţa unei persoane adulte.

Trăieşte iubind

Dacă aţi luat hotărârea să-l găsiţi pe bărbatul visurilor dumneavoastră, iată ce ar trebui să faceţi înainte de toate: să vă ştergeţi pe loc din minte această dorinţă. Nu vreau să spun că ea n-ar merita să se realizeze – ba chiar dimpotrivă. Însă norocul de a întâlni partenerul potrivit are foarte rar de-a face cu obsesia de a-l căuta. Sincer vorbind: cunoaşteţi ceva mai sâcâitor decât colega, vecina, prietena care n-are alt subiect de discuţie decât bărbatul din gândurile ei, cel care nu s-a născut încă? Iar, îndată ce unul cât de cât interesant face fie şi un singur pas către ea, se blochează şi nu mai poate lega două cuvinte.

În fine, poate că şi noi ne-am purtat cândva astfel – pentru ca, în momentul următor, să ne dăm seama cât de absurd era totul. În orice caz, asemenea fixaţii nu pot fi benefice.

Iubirea poate creşte

„Dragostea este singurul lucru care creşte, pe măsură ce-l dai". Aşa sună o zicală înţeleaptă. Un amănunt demn de reţinut: iubirea nu e un sentiment rezervat unui singur om. Nicidecum. Ea este mai curând o chestiune de atitudine. Altfel spus: există oameni care iubesc şi există alţii care vor să-şi concentreze sentimentul în întregime asupra unei persoane – ceea ce însă nu înseamnă că-şi vor atinge obligatoriu ţinta.

Iubirea poate creşte, cu condiţia s-o concepem ca atitudine. Iar, dacă afirmaţia e valabilă, înseamnă că va spori indirect şi probabilitatea reuşitei în ceea ce priveşte găsirea partenerului potrivit. Dar asta nu trebuie să ne preocupe neapărat zi şi noapte: însuşi faptul de a trăi iubind produce mulţumire, dă un impuls ascendent vectorului fericirii, întăreşte sistemul imunitar. Partea frumoasă este aceea că dragostea îşi află locul oriunde: nu numai într-o aşa-numită relaţie de cuplu, ci şi în existenţa cotidiană, în familie, chiar şi în raport cu oameni pe care nici nu-i cunoaştem. Cum putem avea mai multă iubire în viaţă? Foarte simplu: dăruind tot mai mult din ea.

Încercaţi şi dumneavoastră: faceţi o dată cuiva un bine şi veţi vedea că persoana respectivă se va simţi şi ea obligată, la rândul său, să vă facă un bine într-o bună zi. Lucrurile se petrec invers, atunci când refuzăm consecvent să ieşim din rezerva noastră şi să ne deschidem către alţi oameni: probabil că, în asemenea cazuri, nici nu suntem cu adevărat percepuţi ca făpturi în carne şi oase şi nu ne putem aştepta la gesturi de prietenie din partea altora.

Aşadar, calea cea mai bună este să dăruieşti ceva din tine. Nici o teamă: în dragoste nu există riscul „a te ruina", dând prea mult. Iată câteva sugestii:

- Faceţi-vă timp pentru alţii. Prietena dumneavoastră trepidează de nerăbdarea de a întreprinde ceva? Mama îşi doreşte o după-amiază veselă împreună cu dumneavoastră? Fiţi receptivă la dorinţele altora şi lăsaţi-vă convinsă – mergeţi la o plimbare în parc, opriţi-vă spontan undeva în

oraş la o ceaşcă de cafea sau ieşiţi seara la un restaurant. Te simţi nespus de bine, când participi la lucruri pe care nu tu le-ai plănuit.

- Nu vă daţi în lături, când alţii au nevoie de dumneavoastră. O colegă se mută şi are nevoie de cineva care s-o ajute? Îmbrăcaţi o pereche de blugi vechi şi daţi-i o mână de ajutor. Psihologii ştiu de mult timp acest lucru: faptul de a fi util cuiva îţi dă o stare mai bună. Desigur, celălalt vă va fi recunoscător prentru timpul sacrificat şi pentru bunăvoinţa dumneavoastră – şi cine ştie: cu această ocazie ar putea interveni şi o întâlnire neprevăzută, într-o ambianţă destinsă.
- Nu vă sfiiţi să-i surprindeţi pe alţii. Fie că e vorba de o colegă ori de vecinul dumneavoastră: nu ezitaţi să faceţi altora, spontan, câte o mică bucurie. Uneori e de ajuns o bucăţică de tort, ca să aruncăm o punte între doi oameni. O vorbă bună poate produce un miracol asemănător.
- Fiţi inventivă şi îngăduiţi-vă luxul unor efuziuni romantice. Trimiteţi priviri semnificative unor necunoscuţi, dacă aşa aveţi chef. Ieşiţi cu orice preţ din carapace. Veţi vedea: aceasta vă ajută să daţi noi impulsuri vieţii dumneavoastră.
- Stimulaţi-i pe oamenii din jur în sens pozitiv. Adică: ajutaţi-i pe cei dragi ai dumneavoastră să-şi descopere laturile pozitive. O remarcă de tipul: „Ştii să creezi o atmosferă atât de înviorătoare", sau „Discuţiile cu tine îmi ridică întotdeauna moralul" dă celuilalt sentimentul că e apreciat, cunoscut în adevărul său intim şi iubit. Oamenii cărora le oferiţi asemenea confirmări vă vor rămâne statornic îndatoraţi de acum înainte.
- Faceţi ceva pentru altul, chiar dacă pe dumneavoastră personal lucrul respectiv nu vă pasionează. Nepoţelul vrea să meargă la un meci de fotbal? Mama vă roagă să o însoţiţi într-o excursie? Niciodată să nu socotiţi că vă deranjează cei ce vă cer un mic serviciu, făcut din dragoste. Şi aici veţi descoperi şanse nebănuite pentru propria dumneavoastră fericire.

• Temperați-vă exigențele. A fi generos înseamnă, înainte de toate, a privi cu îngăduință greșelile semenilor tăi. Cine e generos cere mai puțin – și primește de regulă mai mult. Nu ridicați pretenții exagerate față de cei ce vă sunt apropiați, ci țineți seama de faptul că fiecare om este slab, inconsecvent și supus greșelii.

• Gustați din plin clipele frumoase. Cel mai bun prieten vă încredințează de afecțiunea ce v-o poartă? Vă distrați de minune cu prietenele dumneavoastră? Absorbiți și depozitați în profunzimile sufletului aceste prețioase momente de fericire și satisfacție. Bucurați-vă de oamenii minunați pe care-i aveți în preajmă. Asemenea lucruri ne împacă cu viața și ne dau curajul să înfruntăm, atunci când e cazul, și câte un anotimp secetos.

• Puteți înainta cu încă un pas, începând să notați într-un caietel special pregătit în acest scop, toate momentele de grație pe care le trăiți. Poate fi și un mirific apus de soare, o laudă primită din partea cuiva ori un mic detaliu de viață cotidiană, care vă încântă. Consemnați asemenea evenimente, iar, din când în când, deschideți caietul și citiți-le. Veți vedea: ele vă vor dărui bucurie pentru mult timp.

• Străduiți-vă să găsiți explicații pentru neputințele altora. Vânzătoarea de la supermarket e ursuză? Poate că soțul ei tocmai și-a pierdut slujba. Șeful dumneavoastră vă vorbește răstit de câteva zile? Pesemne că fiul lui, aflat la vârsta dificilă, i-a dat serios de furcă. Încercați să analizați reacțiile negative, iar nu să le raportați la dumneavoastră. Astfel vă va fi incomparabil mai ușor să le răspundeți cu calm, dezarmându-vă interlocutorul. Veți constata că, în acest mod, nici celuilalt nu-i va veni greu să se destăinuie și să vă aprecieze ca pe o persoană de încredere. Iar oamenilor de încredere îți face plăcere să le poți fi de folos cândva ...

• Aplanați fără întârziere orice conflict. Au apărut neînțelegeri între dumneavoastră și un om pe care-l îndrăgiți? Nu le lăsați să treneze, ci lămuriți imediat ce și unde șchioapătă.

Rețineți și o sugestie: nu vă plângeți către un al treilea în legătură cu unele divergențe, pe care le puteți rezolva foarte bine și singură. Atacați fără ezitare problemele intervenite și eliminați-le.

• Ultimul punct, dar nu cel din urmă: Arătați-vă așa cum sunteți în realitate. Nu ezitați să cereți sprijin și ajutor, atunci când simțiți nevoia. Aveți încredere în alți oameni, fiți convinsă că ei vă iubesc și vor să vă ajute. Dați-le de înțeles că nu întotdeauna reușiți să vedeți viața în roz: asta îi îndeamnă pe ceilalți să-și manifeste solidaritatea, fiindcă devin conștienți de faptul că aveți nevoie de ei.

A trăi iubind înseamnă, așadar, să întâmpini cât mai mulți oameni și lucruri cu toleranță, sensibilitate și afecțiune. Încercați și veți vedea că vă faceți mai repede remarcată, cunoscută și apreciată. Veți deveni o persoană dorită, iar cea care e dorită de mulți va fi dorită cândva și de bărbatul potrivit.

Retușează-ți visul despre bărbatul ideal

O avem noi toate, această idee despre bărbatul perfect: arată incredibil de bine, e plin de gingășie din creștet până-n tălpi, ne copleșește cu iubirea lui, zâmbește netulburat și iradiază bună dispoziție în toți anii cât ne creștem împreună copiii. Nici pomeneală să aibă vreodată zile proaste, momente de oboseală, ori acel miros neplăcut al gurii, când te trezești dimineața.

Ați ghicit cum se numește bărbatul? Exact, este domnul Inexistent. Cu toate acestea, noi ne cufundăm cu voluptate și nesaț, mereu și mereu, într-unul și același vis. Întrebați-vă de ce.

• Vă temeți de realitate?

• N-aveți curajul de a încerca să aflați ce indivizi sunt practic disponibili?

• Sunteți prea timidă sau prea fricoasă, ca să acceptați bărbații așa cum sunt ei de fapt?

Pot exista numeroase motive, pentru care n-ați izbutit până acum să vă găsiți partenerul potrivit. Eventual știți prea puțin despre această specie minunată, pe care însă trebuie să faceți un efort ca s-o înțelegeți, pentru că ea e dotată cu niște mecanisme oarecum diferite de ale noastre.

Cercetarea științifică a pus în evidență faptul că, în creierul femeii, centrul afectelor și cel al limbajului comunică între ele prin conexiuni neuronale directe. La bărbați, însă, asemenea legături nu există. Ce înseamnă aceasta? Femeile sunt apte să dea expresie verbală emoțiilor. Cu bărbații se întâmplă altfel: ei știu că simt ceva, dar întâmpină dificultăți, atunci când încearcă să îmbrace acel ceva în cuvinte.

Prin urmare, femeile sunt în general superioare bărbaților, atât în ceea ce privește înțelegerea propriilor sentimente, cât și comunicarea verbală în domeniul intim și afectiv.

Dacă bărbații nu găsesc cu ușurință cuvintele adecvate pentru a-și exprima simțămintele, aceasta nu înseamnă câtuși de puțin că ei n-ar simți nimic, ci doar că nu pot vorbi pe tema respectivă la fel de bine ca femeile. De altfel, aceasta explică și frecventele dificultăți de comunicare dintre cele două sexe. Bineînțeles, când discuția se axează, de exemplu, pe sportul lor preferat, majoritatea bărbaților se prezintă în formă maximă. Sportul nici nu dezvăluie prea mult din ființa lor. Dar, îndată ce se bate la ușile cămărilor tainice ale sufletului și ale inimii, mulți bărbați se dovedesc incapabili să se deschidă și să se destăinuie.

Comunicarea, o specialitate feminină

În sfera afectivă, femeile posedă un vocabular mai bogat. Bărbații, dimpotrivă, se cufundă într-o tăcere, inferioritatea lor fiind evidentă. Unica excepție o reprezintă momentele când li se deșteaptă instinctele de cuceritori: dacă vor să câștige o femeie, ei au câteodată un debit verbal uluitor. Păcat numai că această înflăcărare nu durează prea mult.

De regulă, femeile înțeleg problemele clasice ale bărbaților mai bine decât bărbații înșiși. Gândiți-vă puțin: cât de des obișnuiți să discutați cu prietenele dumneavoastră despre un bărbat sau altul, ori în general, despre ei toți? Cât de des dezbateți împreună de-a fir a păr problemele cuplului? Într-adevăr, așa este: cu femeile o scoți adesea mai bine la capăt, când vrei să lămurești o problemă de convietuire cu partenerul; chiar și unele lucruri ce-l privesc exclusiv pe bărbat pot fi deseori analizate mai bine în convorbirea cu o prietenă. Așadar, femeile se pricep să vorbească despre bărbați, ele au talentul de a-și împărtăși gândurile și a se destăinui cuiva.

De regulă, bărbații se comportă diferit: ei se socot mai degrabă niște luptători singuratici, văzând în ceilalți reprezentanți ai sexului tare un fel de rivali – deși își dau limpede seama de faptul că au nevoie de sprijin din partea altor oameni. Căci și bărbații vor să se simtă înțeleși și înconjurați cu o dragoste care să le asigure liniștea. Unii psihologi afirmă chiar că, la capitolul încredere în sine, sexul tare stă mult mai prost decât cel slab, pentru simplul motiv că, în comparație cu femeile, bărbații se înțeleg mai puțin pe ei înșiși.

Și ei își doresc o parteneră, pentru a se putea simți ocrotiți și în siguranță. În general, o prezență stabilă în viața lor are efecte benefice, susținându-le moralul. Totuși, o anchetă întreprinsă la Universitatea Sorbona a pus în evidență faptul că relația nu ocupă un loc central nici în gândurile, nici în simțămintele lor. De aceea, majoritatea bărbaților nici nu ajung neapărat la ideea de a face eforturi ca să consolideze o relație sau, mai mult, de a se schimba, ca s-o păstreze. Abia când au de-a face cu singurătatea, aflându-se deodată neajutorați, devin iarăși mai receptivi față de sexul opus. Așadar, din păcate, disponibilitatea bărbaților de a învăța se manifestă deseori numai după ce au fost răniți, după ce sfârșitul unei relații îi pune în situația de a se simți brusc singuri, cu durerea violentă a pierderii suferite. Cei mai mulți dintre ei trebuie să se găsească mai întâi în acest punct, pentru a fi dispuși să reflecteze la eventualele greșeli săvârșite.

Să examinăm candidatul

Toate acestea trebuie să le ştiţi, când vă veţi hotărî să porniţi la vânătoare, sau vă veţi afla faţă în faţă cu un bărbat pe care vi l-aţi dori ca partener. În loc să-l transfiguraţi instantaneu pe domnul Maier de la ghişeul Casei de economii, văzând în el prinţul călare pe un armăsar alb, vă va fi mult mai util să vă puneţi în funcţiune spiritul critic, îndată ce s-a ivit la orizont un bărbat seducător.

Într-adevăr, atunci când ne lăsăm acaparate de muncă şi luăm pe umeri povara unor obligaţii, posibilitatea apariţiei unui candidat se reduce considerabil. Tocmai această împrejurare întreţine o anumită isterie, bătând în cuie principiul: Dacă e să fac cunoştinţă cu cineva, atunci să fie, mă rog, neapărat persoana potrivită. Atenţie totuşi: exact în acest mod cedaţi teren superficialităţii şi opţiunilor greşite. Foarte rar se întâmplă ca bărbatul asupra căruia noi ne-am proiectat aspiraţiile să reuşească a le satisface.

Să privim atent şi să ne clarificăm

Veţi naviga cu un plus de luciditate prin hăţişul sentimentelor dumneavoastră, dacă de la bun început veţi privi cu ceva mai multă atenţie candidatul în cauză:

- Corespunde el de fapt gustului dumneavoastră?
- Vorbeşte despre lucruri ce vă trezesc interesul? Ori se limitează la emiterea de semnale pentru ademenirea unei partenere?
- Ce impresie vă face? Vă captivează, dar nu vi se pare un om pe care se poate conta? Sau vă stimulează şi în acelaşi timp vă inspiră încredere?

Cu cât aţi stabilit mai clar ce aşteptaţi de la un bărbat, cu atât mai sigur veţi fi în stare să despărţiţi neghina de grâu. Prin urmare, ce anume doriţi?

- Un bărbat pentru toată viaţa?
- O legătură scurtă şi intensă, plină de pasiune?
- Confirmarea propriilor dumneavoastră calităţi?
- Deconectare?

Dacă îl căutaţi pe bărbatul vieţii dumneavoastră, nu e recomandabil să vi-l alegeţi în funcţie de considerente pur estetice, ca statura atletică ori culoarea părului. În schimb, pentru o poveste efemeră şi pasională bineînţeles că nu vă face trebuinţă un bărbat de o seriozitate impecabilă. Dacă doriţi „numai" încurajare sau deconectare, nu e cazul să fiţi foarte pretenţioasă. Totuşi, ţineţi seama de un lucru: nu faceţi nimic ce aţi putea regreta ulterior!

Criterii pentru un bulgăre de aur veritabil

Cum poate fi caracterizat bărbatul alături de care am fi tentate să ne petrecem întreaga viaţă? Pentru a găsi răspuns la această întrebare, nu strică să ne aruncăm ochii pe câteva statistici.

Într-un sondaj de opinie, organizat de Institutul Ifak pentru revista *Focus*, 1000 de femei au fost confruntate cu întrebarea: „Ce părere aveţi despre bărbatul modern?" Au rezultat următoarele: este un frumuşel fără consistenţă, numai bun de plasat în decorul unui serial de după-amiază, cel mult al unui talkshow; nici urmă de personalitate; are mai degrabă farmecul unui personaj dintr-un film siropos, îşi joacă muşchii mândru ca un stripper şi poartă lipit pe figură zâmbetul permanent al unui gigolo de pe o plajă de lux.

Prin urmare, specia masculului feroce pare a fi pe cale de dispariţie, iar curajul nu se numără printre principalele puncte forte ale bărbaţilor din zilele noastre. În lista celor treisprezece trăsături de caracter enumerate, atributul „curaj" ocupa abia poziţia antepenultimă. Nu, bărbatul modern e văzut

cu totul altfel: el are pronunțate înclinații hedoniste, o înfățișare plăcută și îngrijită, se arată ambițios, dar și sensibil.

Oricum, 71% dintre femeile chestionate i-au considerat pe bărbați vulnerabili – ceea ce ne permite să sperăm că, sub crusta glacială a eleganței stereotipe de top-model masculin, ce imită eroii de pe micul ecran, încă mai există lucruri autentice și îmbucurătoare.

În ceea ce privește comportamentul, majoritatea femeilor au remarcat melancolia. Doar 30% i-au caracterizat pe bărbați drept curtenitori, în vreme ce 68% au deplâns faptul că, în prezent, cavalerismului nu i se mai acordă însemnătatea pe care o avea cu două decenii în urmă.

Interesant este că doamnele chestionate au formulat pretenții peste măsură de mari în legătură cu tipul considerat de ele ideal. El trebuie să fie în primul rând fidel (89%) și dispus să le poarte de grijă (57%). 47% din participantele la sondaj și-au dorit un bărbat cu umor, iar romantismul a fost important pentru mai mult de jumătate dintre ele (51%). Doar pentru 14% succesul a jucat un rol esențial.

Tipuri de bărbați – de la tradiționalist până la nesigur

Toate acestea au prea puțin de-a face cu bulgărele de aur sau cu însușirile sufletești de mare preț. În schimb, ne dau temei de speranță rezultatele unei statistici întocmite de sociologul Rainer Volz din Bochum și colegul său Paul M. Zulehner de la Institutul de studii axiologice Ludwig Boltzmann de la Viena. În cadrul studiului efectuat de ei, la începutul anului 1998, la cererea Bisericii evanghelice a Germaniei, precum și a Ligii bărbaților catolici din Germania, unui număr de 1200 de bărbați li s-a cerut să se autoevalueze și au fost chestionați asupra atitudinii lor față de principalele aspecte ale existenței. Sistematizarea concluziilor a permis definirea a patru tipuri de bărbați.

Bărbatul tradiționalist

19% dintre cei chestionați s-au înscris în această categorie. Tradiționalistul se vrea unicul susținător al familiei sale și totodată deținătorul exclusiv al puterii de decizie. Soția sa nu trebuie să meargă la lucru, ci să-și consacre timpul în întregime copiilor. În ceea ce privește modul cum se produce apropierea dintre o femeie și un bărbat, tradiționalistul crede cu tărie că inițiativa trebuie să aparțină întotdeauna bărbatului.

Bărbatul de tip nou

Se situează la antipod față de tradiționalistul cu vederi conservatoare. 19% dintre subiecți au putut fi apreciați drept bărbați de tip nou. Cel ce face parte din această categorie consideră emanciparea femeii ca fiind importantă și salutară. Este de părere că ambii parteneri trebuie să câștige bani și să-și educe copiii împreună, lucrând numai jumătate de zi și împărțind între ei îndatoririle gospodăriei și ale creșterii copiilor. Bărbatului de tip nou i se pare că, participând activ, ca tată, la educarea copiilor săi, își îmbogățește considerabil viața. De asemenea, el e capabil să-și manifeste sentimentele fără nici un fel de rețineri.

Bărbatul pragmatic

Reprezintă o combinație între tipul 1 și tipul 2, cuprinzând 25% din totalul celor chestionați. Pe de o parte, acest tip de bărbat continuă să accepte principiile tradiționale. În același timp însă, el încearcă să cunoască și să experimenteze ipostaze noi. De exemplu, bărbatului pragmatic i se pare indicat ca femeile să exercite o profesie și n-are nimic împotrivă să-și ia câteodată concediu pentru îngrijirea copiilor. Cu toate

acestea, păstrează convingerea intimă că femeile ştiu să se ocupe mai bine de copii şi că bărbaţii simt nevoia realizării profesionale în mai mare măsură decât femeile. Şi în privinţa modului cum debutează o relaţie, tipul 3 gândeşte convenţional: în momentul când masculul întâlneşte femela, se cuvine ca el să facă primul pas.

Bărbatul nesigur

Deocamdată, acest individ nu prea ştie unde să se plaseze. Însumând 37% dintre subiecţii studiului, el reprezintă grupul cel mai masiv. E prea confuz pentru a fi un bărbat de tip nou şi prea temător pentru a deveni pragmatic. Pe de altă parte însă, îi displace să rămână tradiţionalist. Bărbatul nesigur se simte intimidat în faţa femeilor cu personalitate puternică şi îi vine greu să-şi definească rolul ca bărbat, precum şi locul său în societate.

Visurile femeilor

Iar acum să ne întoarcem la dumneavoastră, dragele mele cititoare: mă veţi întreba ce legătură are toată această discuţie despre valori morale cu dorinţa dumneavoastră de a intra în posesia unui bulgăre de aur veritabil. Are – şi încă una foarte strânsă, după cum veţi vedea îndată. Căci, în ultimă instanţă, ne interesează să aflăm ce tip de bărbat este valoros pentru o relaţie şi pe care îl puteţi lăsa liniştite deoparte, fără teama că veţi pierde ceva.

Am văzut ce cred femeile despre bărbaţi. Reiese clar din studiul iniţiat de revista *Focus*: bărbatul zilelor noastre este drăguţ şi ambiţios, dar nu un mare senior de modă veche şi nici un bărbat de tip nou, ataşat unor valori noi. El ni se arată mai curând ca un chip interşanjabil, din cele multiplicate la nesfârşit

de magia televiziunii – auspicii nu tocmai strălucite pentru mândra tagmă bărbătească.

În ceea ce priveşte visurile femeilor, ele rămân pe deplin ancorate în perimetrul realităţii: bărbatului i se cere să fie fidel, devotat şi romantic.

Îmi permit o afirmaţie: cine nu ştie ce caută, va găsi cu mare greutate ceea ce doreşte. Cu referire la bărbatul visurilor noastre, aceasta înseamnă: stabiliţi cu precizie ce anume doriţi de la un bărbat, ce calităţi ar trebui să aibă şi cărui tip dintre cele menţionate anterior îi corespunde.

Bărbatul de tip nou – schiţă de portret

Vă propun să mergem mai departe. În acel studiu de anvergură asupra bărbaţilor, ne atrage atenţia mai ales un lucru: comparând cifrele, observăm că, în prezent, bărbatul tradiţionalist se situează pe aceeaşi treaptă cu bărbatul de tip nou. Celelalte două grupe se află în mişcare. Interpretând aceste date cu puţin optimism, ne-am putea permite pronosticul potrivit căruia bărbatul de tip nou se găseşte în ascensiune. Fie că e aşa sau nu – ce mai contează? Oricum, categoriile se deplasează permanent. Schiţa de portret a bărbatului de tip nou include, în orice caz, o mulţime de însuşiri ce-l caracterizează efectiv pe bulgărele de aur:

- Potrivit studiului amintit, dintre bărbaţii chestionaţi care s-au încadrat în categoria „bărbatul de tip nou", 70% erau mai tineri de 46 de ani.
- Acest tip de bărbat a putut fi întâlnit în special printre studenţi, dar şi printre muncitori şi liber-profesionişti.
- Bărbatul de tip nou s-a dovedit a fi un spirit liberal. Întrebat în legătură cu opinia sa asupra homosexualităţii, a răspuns: „În societatea noastră, ar trebui să avem libertatea de a ne arăta mai deschişi".

• În activitatea profesională, bărbatul de tip nou e în stare să reducă viteza. Doar o cincime din indivizii de acest tip consideră munca drept raţiunea existenţei lor. Numai 3% dintre ei ar înclina să-l eticheteze ca ratat pe un om care nu şi-a făcut o carieră. Sfera profesională nu le mai pare atât de importantă şi nici n-o privesc ca pe un spaţiu dominat în exclusivitate de sexul tare.

În consecinţă, bărbaţii de tip nou nu trăiesc nici un fel de dramă, atunci când o colegă are succese mai mari decât ei în carieră. Stima lor faţă de femei se menţine chiar şi în situaţii de criză: dacă o conjunctură nefavorabilă i-ar obliga să reducă numărul locurilor de muncă, 71% dintre tradiţionalişti ar concedia mai curând o femeie decât un bărbat, pe când, dintre bărbaţii de tip nou, numai 8% ar face acest lucru. Ceea ce exprimă un plus de respect faţă de sexul opus.

• În ceea ce priveşte viaţa de familie, bărbatul de tip nou e în general dispus să ia „în echipă" hotărârile mari care implică întreaga familie, adică să-şi asocieze soţia în luarea deciziilor. Doar 23% se simt singuri răspunzători pentru resursele financiare şi numai 14% dintre ei iau deciziile importante fără să-şi consulte partenera. Pentru aproape toţi, viitorul constituie o problemă comună a cuplului. Doar o cincime din ei se socot mai puternici decât partenera.

• Încurajator este şi raportul tată-copil: bărbaţii de tip nou îşi îngrijesc copiii când sunt bolnavi, merg la serbările de la grădiniţă şi la întâlnirile cu părinţii. Din această angajare în viaţa de familie rezultă şansa reală de a deplasa graniţele rigide, trasate între atribuţiile aferente maternităţii şi cele ce ţin de paternitate, în aşa fel încât creşterea copiilor să devină într-adevăr o preocupare comună.

• Bărbaţii de tip nou sunt mult mai străini de violenţă decât cei tradiţionalişti. Prin urmare, idealul Rambo poate fi pus la naftalină: 91% dintre bărbaţii de tip nou resping violenţa fizică.

• Un mic supliment: bărbaţii de tip nou fac dragoste mai des decât confraţii lor din celelalte grupe. Totodată, ei sunt considerabil mai preocupaţi decât tradiţionaliştii de calitatea relaţiei sexuale.

În concluzie, bărbatul de tip nou pare a fi unul care-şi trăieşte viaţa cu mai multă intensitate şi bucurie. Va reprezenta el oare, peste zece ani, categoria cea mai numeroasă din specia sa? Cercetătorii se îndoiesc de acest lucru.

Iată un argument în plus, ce ne îndeamnă să credem că bărbatul de tip nou vrea să fie descoperit! Aşadar, porniţi la drum. Căci poate tocmai în acest moment, când vă preocupă bărbatul de tip nou, începe cea mai pasionantă căutare de comori din viaţa dumneavoastră.

Trăsături de bază ale bulgărelui de aur veritabil

Pentru a vă completa lista personală cu câteva trăsături de bază nespus de încurajatoare, iată aici criteriile după care veţi recunoaşte un autentic bulgăre de aur:

• Are o serie de principii sănătoase.
• Nu-l deranjează faptul că aveţi încredere în forţele proprii.
• Nu se crispează de invidie, când vă aude vorbind cu entuziasm despre munca dumneavoastră.
• Nu stabileşte din start anumite condiţii, ca de pildă: „Viitoarea mea soţie trebuie să fie gospodină şi să gătească bine."
• Nu-şi dă importanţă, micşorând meritele altora.
• Nu-şi vorbeşte de rău fosta prietenă.
• Iubeşte copiii.
• Are prieteni.
• Urmăreşte ţeluri ce n-au nimic de-a face cu banii, poziţia socială şi puterea.
• E politicos, conciliant şi gata să ajute.
• E drăguţ şi prietenos cu toată lumea, nu numai cu oamenii de pe urma cărora poate profita.

• Îşi respectă promisiunile şi nu face altceva decât spune.
• Nu-l interesează jocurile ieftine de-a „care pe care".
• E amuzant, spiritual, poate râde de el însuşi.
• Chiar dacă nu arată obligatoriu ca fratele geamăn al lui Johnny Depp, farmecul său vă atrage irezistibil.
• Vă stimulează visurile.
• E tolerant.
• Ştie să gătească.
• În materie de dragoste joacă pe o singură carte, se dăruieşte total, fără „dacă" şi „parcă", fără portiţe deschise pentru eventuale retrageri şi iepuri scoşi din pălărie.

Dumneavoastră cum staţi?

Iar dumneavoastră? Testaţi-vă şi veţi afla: sunteţi un bulgăre de aur veritabil?

• Vă atrag bărbaţii care merită acest lucru.
• Bărbaţii frumoşi vă reţin privirea – şi atâta tot, dacă n-au nimic altceva de oferit.
• Ştiţi să ascultaţi şi vă daţi seama ce auziţi – sesizaţi când un bărbat vrea numai să vă zăpăcească şi când vorbeşte sincer.
• Nu vă lăsaţi orbită de simbolurile statutului social.
• Aveţi prieteni.
• Chiar şi după o dezamăgire, încă mai sunteţi în stare să credeţi în marea dragoste.
• Sunteţi abordabilă sexual şi puteţi trece din postura de solitară pe o perioadă de timp mai îndelungată la aceea de femeie dornică de o nouă experienţă, cu un apetit normal.
• Mizaţi în mare măsură pe intuiţie, puteţi vedea multe lucruri cu inima.
• Sunteţi tolerantă.

• Ştiţi să gătiţi.
• Sunteţi dispusă să vă implicaţi total într-o relaţie.
• Orice s-ar întâmpla, vă rămâneţi credincioasă dumneavoastră înşivă.

Bărbatul timorat

Câteodată, bulgărele de aur veritabil se apropie de noi purtând o mască oarecare, adică: nu e atât de modern cum i-ar plăcea să fie şi nu prea izbuteşte să-şi înţeleagă propriul rol. De fapt, femeile i se par minunate şi nu şi-ar dori nimic mai mult pe lume, decât să găsească în sfârşit una alături de care să poată da frâu liber apetitului său firesc pentru plăcerea vieţii. E nevoie de ceva bătaie de cap, ca să atragi bărbatul timorat afară din cochilia sa. Dar cine ar renunţa de bunăvoie la o asemenea provocare, ştiind că, întocmai ca în poveste, în pielea broscoiului cenuşiu se ascunde un prinţ autentic?

De când femeile şi-au adjudecat machiavelismul, pantalonii lungi şi tunsorile scurte, ele îi fac pe bărbaţi să se fâstâcească. Domniile lor bărbaţii le privesc dezorientaţi: „Unde sunt reperele care fac din mine un bărbat adevărat?", se va fi întrebând câte unul din ei – pentru ca, în secunda imediat următoare, să-şi pună eventual întrebarea ce înseamnă atributul „adevărat". Dacă ar fi să dăm crezare prognozelor lui Michel Houellebecq, bărbatului nu-i mai rămâne altă alternativă la ridicol decât depresiile. Tot ce vedem pare să-i dea dreptate: la televizor apar aproape numai indivizi cu desăvârşire banali, pe care îi uiţi la trei secunde după ce au dispărut de pe ecran. Tipii cu personalitate se pot număra pe degete – şi îi întâlneşti doar în emisiuni transmise în afara orelor de maximă audienţă.

Amurgul bărbaților

Bărbatul timorat se află printre noi: Walter Hollstein, profesor de sociologie la Berlin, pune chiar sub semnul întrebării imaginea clasică a bărbatului, vorbind despre o modificare de paradigmă. În cartea sa *Amurgul bărbaților*, Hollstein enumeră unsprezece variante masculine: stresatul, dezorientatul, depresivul, indiferentul, tipul macho, xenofobul, oportunistul, efeminatul, insul apăsat de complexul culpabilității, imitatorul și labilul. Nu sună tocmai încurajator. Este imperios necesar ca bărbații să-și schimbe modul de gândire, dacă vor să devină moderni.

Și nici nouă femeilor nu ne-ar strica să ne lărgim puțin orizontul. Căci, dacă vrem să aflăm ceva despre bărbați, atunci ar trebui să-i preluăm în vrac și să ne uităm bine la ei, inclusiv la cei ce-și caută încă direcția – oricum, sunt totuși 37%.

Bărbații s-au schimbat. În linii mari, ei sunt adesea realmente băieți buni. Însă, dacă îi cercetăm în amănunt, vom detecta de cele mai multe ori, sub pojghița subțire a alurii lor moderne, un personaj timorat, care câteodată nu prea știe cum să facă față unei femei. Vă vine să râdeți?

Femeile sunt maestre în arta de a sta de vorbă cu alți oameni, de a netezi asperitățile și a pune ordine într-o relație – este un talent pe care l-au vădit încă din copilărie. Bărbații timorați, atât de mulți în zilele noastre, resimt dramatic nevoia de încurajare, pentru a-și da seama ce atitudine trebuie să ia în raport cu femeile. Aceasta constituie o premisă esențială pentru implicarea lor în conviețuirea cu o parteneră.

Însă, întrucât ei comunică în alt mod decât noi, mulți se blochează atunci când au sentimentul că nu le dăm importanță, se retrag în ei înșiși și se apără ca niște arici înspăimântați. E regretabil fiindcă bărbații de astăzi ar avea o sumedenie de lucruri de împărtășit și de discutat. Căci personalitatea lor traversează un proces de reașezare a valorilor, iar o asemenea experiență, nu relatată de alții, ci trăită personal, ar trebui să fie extrem de solicitantă.

Distanțarea de clișeul macho

De pildă, în profesie: numeroși bărbați, mai ales dintre cei ajunși la o anumită vârstă, își pun la un moment dat rezultatele întregii lor activități sub semnul întrebării. Este oare aceasta opera vieții lor? Aceleași lucruri nu puteau fi la fel de bine realizate de un altul? Iar viața particulară? Câți prieteni a pierdut, în goana oarbă după carieră?

Psihologia atestă faptul că tot mai mulți bărbați se distanțează de așa-numitul clișeu macho. Cercetătorii Levant și Kopecky susțin această constatare cu șapte aspecte observate de ei.

1. Modelele feminine de gândire și comportament sunt din ce în ce mai puțin riguros evitate. Dacă în trecut purtarea obiectelor de podoabă, gătitul și curățenia reprezentau deprinderi și îndeletniciri specific feminine, astăzi linia de demarcație începe să se șteargă. Bărbații își acceptă și își mărturisesc tot mai deschis laturile „slabe".
2. Reprimarea propriilor sentimente este pusă sub semnul întrebării. Lacrimile sau frica au constituit dintotdeauna tabu-uri pentru bărbați. Dar fața imobilă a jucătorului de poker, ce nu-și trădează cărțile din mână, prin nici o tresărire de mușchi, cade acum în desuetudine. Tot mai mulți bărbați își îmbrățișează prietenii în văzul lumii sau își arată emoțiile, inclusiv în viața politică sau în confruntările sportive, sub ochii unui public de milioane de oameni – chiar dacă bărbații de tip nou continuă să-ți controleze afectele mai sever decât femeile. Oricum, ei sunt dispuși să-și dezvăluie sentimentele, vorbind despre ele.
3. În sfârșit, sexul și intimitatea își aparțin reciproc. Vreme de secole, din punctul de vedere al bărbaților, ele n-au avut nici o legătură una cu alta. În prezent, sexul nu mai este privit atât de strict în perspectiva scopului urmărit. Duioșia

şi intimitatea sunt tot mai preţuite. Şi, câteodată, preludiul devine principalul conţinut al jocului sexual.

4. Entuziasmul masculin pentru performanţele profesionale şi pentru statutul social e pus din ce în ce mai mult sub semnul întrebării. Astăzi, ideea unei cariere cu orice preţ este mai curând refuzată, acordându-se mai multă însemnătate unei vieţi personale împlinite decât succeselor în profesie.
5. Rolul luptătorului singuratic şi-a pierdut actualitatea. Acest fapt trebuie apreciat ca extrem de benefic: şi bărbaţii au aflat între timp că nu pot face faţă singuri tuturor împrejurărilor vieţii. Multiplicarea continuă a volumului de cunoştinţe, complexitatea de nepătruns a proceselor ştiinţifice şi economice fac ca luptătorul singuratic să pară demodat. Are în schimb căutare cel dotat cu simţul solidarităţii, omul care ştie să lucreze eficient în echipă.
6. Agresivitatea pierde teren. Ea reprezintă unul dintre afectele masculine cel mai frecvent exteriorizate. Multă vreme, bărbaţii au făcut impresie, explodând în accese de furie şi bătând mânioşi cu pumnul în masă. Dar violenţa fizică s-a perimat.
7. Dispare teama de a fi considerat homosexual. Bărbaţii de azi nu mai sunt tentaţi să stigmatizeze un alt bărbat din pricina stilului său de viaţă sau să repudieze un prieten, fiindcă au aflat că e homosexual. Totodată, ei nu mai intră atât de uşor în panică, atunci când primesc dovezi de prietenie din partea unui bărbat cu înclinaţii homosexuale.

Toate aceste puncte consemnează multiplele mutaţii petrecute în conştiinţa bărbaţilor, ajutându-ne să înţelegem de ce uneori ei îşi pierd pământul de sub picioare. În numeroase privinţe, păşesc pe un teren ce nu le este familiar, riscând paşi timizi, într-o direcţie necunoscută: iau decizii dictate în mare măsură de emoţii, acţionează intuitiv şi nu refuză acea apropiere sufletească, de care femeile au nevoie ca de aer.

Ajutaţi la naşterea bărbatului de tip nou

În cazul când sunteţi efectiv interesată de un bărbat de tip nou, iată cum îi puteţi fi alături, ajutându-l – dacă se poate spune astfel – să se nască:

- recunoscându-i bunele intenţii şi având grijă să nu-l complexaţi cu aptitudinile dumneavoastră în anumite domenii („Oricum, bărbaţii nu se pricep la ...")
- încurajându-l pe laturile sale slabe, pentru ca el să înveţe cum să le depăşească („Nu e un foarte bun vorbitor, dar eu îl ascult cu atenţie".)
- lăudându-i eforturile de a deveni un bărbat de tip nou. O da, bărbaţii adoră să fie lăudaţi! Şi chiar au nevoie de asta, deoarece încrederea lor în sine nu e nici pe departe atât de mare cum crede majoritatea femeilor – ei îşi maschează doar şovăielile, iar în această privinţă sunt mai dibaci şi mai exersaţi decât noi.
- îndemnându-l să-şi rămână credincios sieşi, neabătându-se de la ţelurile sale, întocmai aşa cum şi dumneavoastră v-aţi propus să faceţi în viaţă
- îndemnându-l să comunice cu alţi bărbaţi. Aflându-se printre cei de o seamă cu el, va avea posibilitatea să-şi confrunte părerile cu ale altora şi să primească de la ei sprijinul pe care numai prietenii de acelaşi sex i-l pot da.
- neostenind în dorinţa de a înţelege ce încearcă să vă spună
- remarcând frumuseţea corpului sau. Nu numai femeile au dificultăţi de percepţie în ceea ce priveşte propria persoană. Terapeuţii afirmă că bărbaţii au adesea o atitudine ostilă faţă de corpul uman – inclusiv de al lor. În numeroase cazuri, le lipseşte capacitatea de a se bucura de propriul corp. Cum altfel s-ar explica faptul că atât de mulţi dintre ei îşi deformează silueta cu un pântece umflat ca un balon?
- abţinându-vă să-i aduceţi acuzaţii sau să-i daţi de înţeles că el, ca bărbat, n-are nici cea mai mică idee despre cerinţele convieţuirii în doi

De ce iubim bărbații

Până aici am aflat o mulțime de lucruri despre bărbatul de tip nou: ce transformări se petrec într-însul și cum îi putem da o mână de ajutor. Ceea ce n-am amintit încă sunt însușirile datorită cărora îi iubim atât de mult pe bărbați. (O da, fiți sinceră, nici dumneavoastră nu faceți excepție! Și e bine așa). Acestea se numără și ele printre criteriile după care putem recunoaște un bulgăre de aur veritabil: cu cât ați identificat mai multe, cu atât mai bine!

- E capabil să-și exprime iubirea și simpatia – prin fapte și cuvinte.
- E un om de onoare, își respectă promisiunile, are principii și se dovedește consecvent. Pentru el, o înțelegere pecetluită cu o strângere de mână încă mai valorează ceva.
- Muncește din greu, ca să-și întrețină familia. Căci bărbații au de regulă puterea de a așeza propriile lor dorințe pe un plan secund.
- Nu rămâne indiferent în fața cuiva care-l cheamă în ajutor, chiar dacă asta îl obligă câteodată la sacrificii. Oricine ar fi cel ce are nevoie de ajutor, fie vecinul, fie mama bolnavă sau colegii de la paza contra incendiilor: salvatorul din el nu se dă în lături.
- Își croiește drum, luptând, prin dificultăți și situații de criză. Astfel și-a câștigat reputația de bărbat „puternic".

Dacă și dumneavoastră vi se întâmplă același lucru ca mie, în vreme ce scriu, atunci simțiți cum vă invadează o anume euforie. Merită într-adevăr să privim cu atenție în jurul nostru, pentru a afla unde se ascund ei, bărbații demni de a fi iubiți. Ce mai așteptăm?

Învățați să înțelegeți bărbații

Desigur că v-ați dat seama: am ajuns, în sfârșit la miezul problemei. Ați aflat o mulțime de lucruri despre bărbați, relații, tertipuri și șanse. Luați acum poziția de start și pregătiți-vă să vă lansați în experiențe inedite cu sexul opus, înarmată fiind cu un bagaj de informații noi și punând la lucru din plin spiritul dumneavoastră de observație. Cum? Încă mai pregetați? Vă zvâcnesc tâmplele de emoție? Firește, vă înțeleg.

Așadar, să ne mai facem puțin încălzirea. Graba strică treaba. Dacă simțiți nevoia unui supliment de documentație pe marginea temei „partenerul ideal", vor mai fi necesare câteva investigații (sentimentale).

Furișați-vă cu precauție maximă până în imediata apropiere a multiubitei specii puse sub lupă. Observați ce anume îi interesează pe bărbați, care este modul lor de viață, în ce fel țin furculița și cuțitul la masă și cum se traduce limbajul privirilor lor. Începeți să exploatați universul bărbaților. Astfel vă veți debarasa în mare parte de timiditatea dumneavoastră, iar mai târziu, când vă veți hotărî să luați startul, veți țâșni pe pistă fără teamă. În plus, toată această muncă de cercetare vă va procura o plăcere enormă.

Până la un anumit punct, studierea bărbaților și a deprinderilor lor se poate face și de pe poziția unei spectatoare.

Exercițiul 1: „Studiu de teren" la cafenea

Petreceți o jumătate de zi în cafeneaua dumneavoastră preferată. Puteți convinge o prietenă să vă însoțească, destăinuindu-i ce scop urmăriți. Țineți sub observație bărbații de la mesele vecine. Cum mănâncă? Ce mimică și ce gesturi au? Cum reacționează când sunt priviți? Care tip de bărbat reacționează, într-un mod ce exprimă timiditate, și care vă întoarce o ocheadă veselă? Ce impresie vă fac bărbații pe care îi vedeți? Născociți câte o poveste pentru fiecare dintre ei. Imaginați-vă cum trăiește, dacă e singur, dacă îi place să călătorească, ce meserie are etc. Chiar dacă probabil nu veți afla niciodată în

ce măsură creația fanteziei dumneavoastră a coincis cu realitatea, vă veți antrena pe această cale flerul și priceperea de a descifra oamenii – prin urmare, cutezanța dumneavoastră nu vă va aduce decât beneficii.

Exercițiul 2: Cumpărați reviste pentru bărbați

În ultimul timp au apărut o mulțime de publicații de acest fel, care urmăresc și alte scopuri, dincolo de rolul de stimulent sexual. Nu ocoliți nici ziarele sau revistele cu profil economic. Citiți ceea ce se scrie mai ales ori exclusiv pentru sexul tare. E posibil să descoperiți în acele pagini o anumită obiectivitate, de care duce uneori lipsă presa destinată femeilor. Sau veți întâlni subiecte ce vă vor dezvălui unele probleme ale bărbaților, care v-au fost până acum necunoscute – ori poate ați știut că un mare număr dintre bărbații trecuți deja de 30 de ani n-au făcut niciodată dragoste cu o femeie? Familiarizarea cu temele care îi preocupă pe bărbați vă va ajuta ulterior să fiți mai degajată în contactele cu ei.

Exercițiul 3: Luați la întrebări un prieten bun

Sper că vă aflați în situația fericită de a avea un prieten platonic, realmente apropiat. Cu concursul său, aveți posibilitatea să aflați multe lucruri demne de știut despre specia în cauză. De aceea: luați-l la întrebări! Chestionați-l fără milă: Ce-și dorește un bărbat? Ce așteaptă el de la o femeie? Ce anume din persoana mea poate face o impresie? Prietenul dumneavoastră vă va ajuta cu siguranță să vă evaluați mai corect șansele în raport cu bărbații.

Exercițiul 4: Priviți-vă cu ochii bărbaților

Verificați dacă bărbații din preajma dumneavoastră vă privesc într-adevăr ca pe o femeie. Sau sunteți mai curând tipul de bun camarad, adică o femeie care nu-și trăiește feminitatea, n-o pune în valoare, nu ademenește cu ea? Bineînțeles că soțul prietenei dumneavoastră va rămâne obligatoriu de neatins! Dar, în cazul nostru, nu de atingeri propriu-zise e vorba, ci doar de atingerea unor antene nevăzute. Vă rog să mă înțelegeți exact: nu vă îndemn să vă dezlănțuiți în cercul celor pe care-i frecventați, transformându-vă într-un fel de teroristă solitară, care-și deposedează toate prietenele de partenerii lor. Vă îndemn la altceva: să observați cum vă privesc bărbații și cum vă prezentați dumneavoastră înșivă. Din păcate, multe femei s-au deprins să se lepede de feminitate și o fac ca niște adevărate specialiste ...

- ... fiindcă n-au putut vedea în mama lor un model de femeie senzuală, plină de temperament și iubitoare de viață.
- ... fiindcă au fost educate să se comporte cât mai neostentativ, mai discret și, înainte de toate, „cuviincios". Multă vreme le-a fost interzis să atragă atenția și să se facă remarcate.
- ... fiindcă n-au învățat niciodată să se pună într-o lumină favorabilă și să-și trăiască feminitatea cu mândrie și cu încredere în sine.

Vă recunoașteți într-unul din punctele de mai sus, ori poate în toate trei? Nu vă îngrijorați: niciodată nu e prea târziu ca să vă decideți pentru un nou început. Dar scadența acestui început a sosit!

- Acordați-vă o șansă. Credeți în puterea dumneavoastră de a convinge bărbații. Ea va funcționa, abia după ce vă veți fi convins pe deumneavoastră înșivă. Bineînțeles, nimeni nu vă va pretinde să aveți acest sentiment de siguranță clipă de clipă și în proporție de 150% ; nici un om nu izbutește așa ceva.

• Gândiți-vă bine: care vă sunt atuurile? Minunatul dumneavoastră umor? Vocea catifelată? Generozitatea și căldura sufletească. Fiți mândră de ele. Și începeți să vă supravegheați kilogramele pe cântar.

• Investiți fără rețineri în propria persoană. Vreți să încercați un alt stil? Un nou hobby? O călătorie care să vă lărgească orizontul cultural? Chiar dacă nu vă dau banii afară din casă, vă puteți îndeplini o dorință sau alta, și chiar ar trebui s-o faceți. Căci tot ce vă priește vă dă și un plus de farmec. Așadar: îngăduiți-vă luxul unei garderobe absolut seducătoare, de culoarea petalelor de trandafir. Cumpărați-vă și pantofii asortați (firește că va trebui să economisiți ceva din suma prevăzută pentru mâncare). Și înscrieți-vă la un curs de tenis. Lucrurile noi vă deschid noi orizonturi, noi perspective și posibilitatea unor noi contacte. Cu siguranță că echipamentul îl puteți achiziționa convenabil la mâna a doua. V-ar plăcea nespus să luați avionul spre Roma? Ce vă împiedică s-o faceți? La 20 de grade Celsius în noiembrie, acolo se poate sta minunat la o masă afară, sorbind cu deliciu un Cappuccino. Și o excursie-fulger vă dăruiește ceva: noi idei despre felul cum se poate trăi și despre micile plăceri ce vă înviorează existența cotidiană. Cum se spune așa de frumos în spoturile publicitare: pentru că meritați!

Și acum: la treabă!

În cartea sa *Trezește-ți prințul cu un sărut*, psihologul Herrmann Ehmann încurajează femeile singure: „Patru cincimi din bărbații solitari – deci aproximativ cinci milioane – declară că nu le face plăcere să trăiască singuri. Se anunță așadar un val de treziri prin săruturi în masă ..." Să recunoaștem, cifra e de natură să ne impresioneze, mai ales atunci când obișnuim să ne abandonăm unor momente de pesimism negru.

Ehmann a scris această carte pentru numeroasele femei care continuă să creadă că tot ce au de făcut pentru a întâlni

bărbatul potrivit este să aștepte până vor fi descoperite. El deplânge această situație: „Cele mai multe dintre femeile moderne nu-și caută un partener ci, întocmai ca acum 100 sau 50 de ani, lasă acest lucru în seama destinului sau a întâmplării – respectiv a individului care binevoiește să le acosteze."

Ehmann are perfectă dreptate. E lipsit de sens să tot așteptăm apariția bărbatului providențial, care ne va trezi cu un sărut sau ne va descoperi în ascunzișul nostru și va da năvală să ne cucerească. Lucrurile se pot petrece și altfel – cel mai bine, de pildă, sărutând cât mai puțini broscoi care, oricum n-au de gând să se transforme în prinți.

Stați puțin și cugetați

Există așadar suficienți solitari și chiar un apreciabil excedent masculin. De-o parte, aproximativ șase milioane de bărbați singuri, iar de cealaltă, doar circa trei milioane și jumătate de femei singure. Disproporția ar trebui să pună capăt, o dată pentru totdeauna, oricărei demoralizări feminine. Desigur, nu fiecare își găsește perechea potrivită în tabăra opusă. Când s-a produs o primă întâlnire cu un necunoscut interesant la supermarket, la serviciu ori la ziua de naștere a unei cunoștințe comune, mai întâi stați puțin și cugetați:

• Acest bărbat vă e simpatic?
• Îi apreciați umorul (dacă există)?
• Are o privire deschisă?

În cazul când ați răspuns cu „da" la aceste întrebări, veți putea face o mutare înainte pe tabla de șah. Dacă îl veți revedea și veți afla că e singur, va fi oportun să-l cercetați ceva mai îndeaproape:

• E timid?
• Se simte încă jignit ori suferă din pricina ultimei relații?
• E un solitar înrăit, care caută nod în papură tuturor femeilor?

În ceea ce privește ultimele două puncte, ar fi bine să-i dați bietului om răgazul să-și pună sentimentele în ordine. În schimb, de un bărbat timid n-ar trebui să vă lăsați descurajată. Dimpotrivă, aici aveți prilejul să aplicați ceea ce vă recomandă psihologul Ehmann: luați inițiativa! De altfel, aceasta este uneori tactica indispensabilă, atunci când aveți de-a face cu un bulgăre de aur veritabil.

Cum anume se procedează, va fi probabil următoarea dumneavoastră întrebare. Iată un exemplu:

Luați inițiativa – așa merg lucrurile

Cu puțin timp în urmă, Annette a reîntâlnit un bărbat pe care-l cunoscuse cândva. Și, din nou, a simțit cum acest bărbat exercită asupra ei o anumită atracție. Omul îi plăcea! Știa că și prima oară o impresionase la fel, doar era același. De la întâlnirea inițială trecuse destulă vreme, dar ea își amintea încă: pe atunci lucrau la aceeași firmă. Se numea Tom. Le făcuse cunoștință o colegă. Annettei i s-au aprins repede călcâiele, însă la data aceea avea o relație care mergea bine, iar apoi l-a uitat pe Tom.

Zece ani mai târziu, locuiau amândoi în același oraș, acum lucrând la firme diferite. Annette a rugat o prietenă care-l cunoștea să vină cu ea în pauza de prânz. Căci Tom lua deseori masa în același local cu Annette. Prietena era de față când Tom a intrat pe ușă și, cât ai clipi, ședeau la aceeași masă toți trei. A fost un taifas vesel, și-au povestit anecdote. La despărțire și-au promis să se revadă curând, la o ceașcă de cafea.

Totuși, nu s-au revăzut prea curând. Prietena Annettei, singura care ar fi putut aranja cu toată discreția o întâlnire ca din întâmplare, a lipsit din oraș o perioadă mai îndelungată, iar când s-a întors a avut alte griji pe cap. Annette a continuat să frecventeze asiduu restaurantul, unde uneori chiar îl întâlnea pe Tom. Atunci schimbau câteva cuvinte pe fugă sau doar își zâmbeau larg de la distanță. Un anumit interes din partea lui

părea să existe. Dar până la ce punct? O vreme, drumurile lor s-au încrucișat cu regularitate. Apoi, dintr-o dată, el a dispărut de pe firmament.

Tom nu-i mai ieșea Annettei din cap. Ce să facă? Ideea salvatoare i-a venit de la sine: data viitoare când se vor întâlni, îl va întreba dacă nu vrea să meargă cu ea la o bere.

De fapt, Annettei nu-i stătea câtuși de puțin în fire să propună netam-nesam o întâlnire unui bărbat. Acum însă îi era limpede că, dacă nu va acționa cât mai curând, nu se va întâmpla nimic între ei.

Tom părea a fi un tip timid, poate chiar întrucâtva comod. Ei bine, în acest caz ea, cu temperamentul ei, putea eventual să forțeze un pic norocul ...

După luni de așteptare, evenimentul s-a produs în sfârșit: într-o zi, pe la prânz, Tom străbătea cu pas agale zona rezervată pietonilor, mergând în direcția localului spre care se îndrepta și Annette. Zărindu-l, i-a tăiat calea cu un zâmbet fermecător și cu salutul sportiv: „Bună!" „Nu ne-am văzut cam de mult", a răspuns el și Annettei i s-a părut că vede scânteind în ochii lui o luminiță de bucurie. S-a grăbit să-l pună la curent cu noutățile: în scurt timp, avea să se mute cu serviciul în orașul vecin, așa încât cu siguranță că, la prânz va duce lipsa meniului preferat. Când, contrar tonului său obișnuit, Tom a lăsat să-i scape cuvântul „Păcat", ea și-a adunat tot curajul și l-a întrebat dacă, pe o vreme atât de frumoasă, n-avea chef ca, la ieșirea de la slujbă, să se oprească împreună undeva, la o bere. Tom a reacționat cu entuziasm, astfel încât, chiar în seara următoare, cei doi ședeau alături pe o terasă liniștită. În următoarele patru luni s-au cunoscut din ce în ce mai bine, pentru ca în final să devină un cuplu.

Annette e absolut convinsă: fără acest prim pas nu s-ar fi creat niciodată o apropiere între ei. Căci, între timp, Tom și-a mărturisit timiditatea: pur și simplu nu avusese curajul s-o invite, cu toate că din prima clipă se simțise atras de ea.

Exemplul Annettei ne demonstrează cât este de util ca, în unele ocazii, să luăm noi înșine inițiativa. Intrând în acțiune,

ea a scos pe loc idila lor din impas. Sigur că deznodământul putea fi altul. Ei şi? Ar fi fost chiar o catastrofă, dacă Tom ar fi refuzat-o? Bineînţeles că nu!

Şi bărbaţii au spaime

Nu uitaţi: şi bărbaţii au spaime teribile. Dacă sunteţi o femeie singură ştiţi prea bine cu câtă sfială, crispare şi lipsă de curaj vă strecuraţi câteodată prin lume. Partenerului dumneavoastră virtual i se întâmplă probabil la fel, cu remarca suplimentară că bărbaţii solitari sunt incapabili să se organizeze la fel de bine ca femeile. Dar despre aceasta am mai vorbit în capitolele anterioare.

De exemplu, bărbaţii singuri suferă:

- de insatisfacţie sexuală,
- de teama crescândă că nu vor mai întâlni vreodată femeia potrivită,
- de imboldul de a dezerta de la proxima întâlnire sentimentală, pur şi simplu pentru a nu îndura o dezamăgire,
- de teama că nu se vor ridica la înălţimea exigenţelor unei femei, de frica de a-şi pierde libertatea.

Aşadar, gândiţi-vă: bărbatul visurilor dumneavoastră e şi el tot un om. Nu vă deranjează faptul că nu este un tip de acţiune? Perfect, însă în acest caz probabil că, fără iniţiativa dumneavoastră, nu se va întâmpla mare lucru. De aceea:

- Deschideţi-vă spre lume.
- Ieşiţi din rezerva dumneavoastră.
- Nu irosiţi timp cu bărbaţii care de fapt nu vă interesează şi nu reprezintă pentru dumneavoastră decât nişte surogate. Mai bine porniţi de la bun început în căutarea partenerului potrivit.
- Reflectaţi în prealabil şi stabiliţi cum trebuie să fie acest bărbat. Nu culoarea părului sau a ochilor, ci profilul

său lăuntric ar trebui să aibă însemnătate covârşitoare. Fixaţi-vă acele trăsături la care nu puteţi renunţa, cum ar fi umorul sau simţul de răspundere.

- Nu vă lăsaţi orbită de costume elegante, maşini de ultimul tip ori afectări intelectuale. Important este doar ce anume este dispus să facă un bărbat.
- Nu-l căutaţi neapărat pe domnul Perfect. Fiţi realistă: nimeni nu poate fi desăvârşit. Mai bine ascultaţi cu toată atenţia, când auziţi un bărbat vorbind deschis despre slăbiciunile sale. Lui puteţi să-i daţi trei bile albe, iar pe dumneavoastră să vă felicitaţi. Bingo: aţi descoperit un bulgăre de aur veritabil. Nu-i mai daţi drumul!

Iată şi câteva lucruri pe care vă sfătuiesc insistent să le evitaţi.

Idealizările

Nu vă grăbiţi să ridicaţi în slava cerului un om pe care abia l-aţi cunoscut. Lăsaţi timpul să vă confirme aprecierea. Chiar dacă el se lansează deja în fraze exaltate, atunci când vorbiţi cu şi despre dumneavoastră; şi printre reprezentanţii sexului tare există unii cărora li se pare neserios un bărbat care se pripeşte cu declaraţiile de dragoste. Prin urmare: fiţi prudentă, când observaţi că el se repede să forţeze nota. În schimb, dacă-l vedeţi apropiindu-se lent, lăsaţi-i destul timp. Nu-l presaţi în nici un fel.

Jurămintele de dragoste

Fiţi mai degrabă zgârcită cu promisiunile pe care aţi fi tentată să le faceţi, ameţită fiind de iubire. Luaţi-vă un răgaz suficient, pentru a vă aprecia corect intensitatea sentimentelor.

În primele trei luni nu veți putea ști cu exactitate, dacă e vorba de un foc de paie sau efectiv de o iubire adevărată, profundă.

Tentativele de reeducare

Să nu credeți cumva că veți reuși să schimbați un bărbat, în trăsăturile lui fundamentale. Ați băgat de seamă că, la puțin timp după ce v-ați cunoscut, începe să întoarcă deja capul după altele? O va face și la 80 de ani.

Dependența

Chiar dacă pare a fi marea dragoste, păstrați-vă neapărat independența economică. Pentru că, în primul rând, vă va fi de folos să vă asigurați un venit pentru bătrânețe, iar în al doilea rând, bărbații tind să-și dea aere de autoritate în fața femeilor care depind de ei din punct de vedere financiar. De aceea, le recomand călduros celor ce-și pot câștiga personal existența s-o facă în continuare.

Jocul măștilor

Nu ascundeți informații importante, referitoare la persoana dumneavoastră. Aveți cumva un copil? Probleme cu fostul soț? Tocmai treceți prin furcile caudine ale unui proces de divorț? Fiți sinceră cu partenerul încă din primul moment. În euforia de la începutul unei relații, mărturisirile sunt primite cu mai multă ușurință.

Ieșiți din plictiseală, rutină și frustrare

N-are sens să gravităm mental, psihic și emoțional exclusiv în jurul celui ce a devenit obiectul dorinței noastre. Căci, la urma urmei, noi femeile nu ne-am născut doar ca să aducem fericire sau nefericire bărbaților, ci avem și alte țeluri în viață.

Din păcate, oamenii care-și caută un partener înclină să condiționeze împlinirea întregii lor existențe de reușita acestei căutări. Dintr-o dată, li se pare că nu există nimic mai important, decât să aibă alături pe cineva care să-i „completeze". Bănuiți despre ce e vorba? Desigur, dincolo de această căutare aproape deznădăjduită, se ascunde ceva mai mult: o fugă mascată de sine însuși ori de o cotitură necesară, ce le-ar aduce în viață un plus de frumusețe, valoare și satisfacție.

Firește că suntem tentate să visăm: când îmi voi găsi partenerul potrivit,

- voi face numai concedii minunate,
- se va termina cu serile plicticoase, petrecute de una singură,
- totul îmi va fi mai ușor.

Ceva din toate acestea se va realiza într-adevăr, pentru că știm ce forță stimulativă are o conviețuire în doi. Pe de altă parte, îi cunoaștem și fragilitatea.

Dacă în prezent trăiți singură, puteți profita admirabil de această perioadă, pentru a face curățenie generală în sufletul dumneavoastră, măturând pânzele de păianjen, scoțând iarăși la lumină lucruri de mult îngropate și transformându-vă în sfârșit în ceea ce întotdeauna ați vrut să deveniți.

Orice om își reprezintă mai mult sau mai puțin concret modul cum dorește să trăiască. N-are importanță dacă se pricepe sau nu să-și exprime aspirația în cuvinte. În decursul anilor, visul născut în copilărie, imaginea dorită a existenței noastre, pălește adesea. Și nu arareori, se depune deasupra, ca un mâl, dezamăgirea că viața nu-și respectă promisiunile și nu răspunde așteptărilor noastre. Ei bine, dacă, scotocind în tainițele inimii,

veți constata că nu vă puteți mulțumi cu ceea ce v-a oferit până acum viața, ar trebui să porniți la drum – și anume, explorându-vă profunzimile propriului suflet. Pentru a ne schimba, avem nevoie de un anume imbold pornit din suferință, care ne obligă să înțelegem că trebuie să intrăm în acțiune. Poate atunci ne vom confrunta cu întrebări pe care, timp de decenii, am tot amânat să ni le punem. Mulți oameni se resemnează prea curând cu un mod oarecare de a trăi. Și nu se întreabă dacă el li se potrivește sau nu, decât în clipa când, din nefericire, e prea târziu ca să mai salveze ceva.

Investigații pe teren propriu

Deseori nu ne autoacceptăm suficient, pentru a ne orienta existența spre un nivel maxim de exigență. Nu mă refer aici la un stil de viață pretențios, lux și altele asemenea, ci la nevoia lăuntrică de a trăi într-un anume fel. Mulți oameni care nu reușesc să se clarifice cu ei înșiși în această privință se autopedepsesc, pronunțând o sentință inflexibilă. Spun de pildă: „Sunt un cretin" – iar vorba cade cu duritatea unei lovituri de bâtă. Noi înșine suntem adesea cei mai severi critici ai noștri: nemiloși, nedrepți, nerăbdători. Iar aceasta este o greșeală imensă. După opinia avizată a analistei Angela Seifert, într-o situație existențială, în care suntem dispuși să ne schimbăm, se recomandă să răspundem în primul rând la trei întrebări:

- Cine sunt eu?
- Ce vreau?
- Și ce trebuie să fac?

Se impun unele investigații pe teren propriu. Va trebui să ne precizăm schema după care ni s-a derulat viața amintindu-ne cât mai clar perioada noastră de început. Este important să ne dăm seama ce gândim despre propria persoană și cum ne-au influențat din exterior alți oameni. Ni s-a permis

să devenim ceea ce doream? În acest caz, ne putem socoti norocoase. Ori, mai curând, am fost conduse cu mâini forte, după principiul: „Nu-ți face de cap, fetițo, altfel strâng frâul și mai tare"?

Câteva întrebări test

În cartea sa *De-acum mă pun pe treabă*, Angela Seifert propune o serie de întrebări-test, cu ajutorul cărora ne putem descoperi pe noi înșine. Iată aici o selecție sumară:

- Dacă s-ar scrie o carte despre viața dumneavoastră, cum ar putea suna titlul?
- Cum va arăta viața dumneavoastră, când veți fi ajuns la 65 de ani?
- Ce ar putea scrie urmașii pe piatra dumneavoastră funerară, caracterizându-vă succint viața printr-o inscripție?

Fie și numai cugetând pe marginea acestor trei întrebări, veți reuși să vă limpeziți mai ușor gândurile în legătură cu ceea ce a rămas deocamdată nerealizat în existența dumneavoastră.

Transformați-vă în propriul dumneavoastră detectiv. Tot Angela Seifert ne sfătuiește să depistăm firul roșu al vieții noastre, pentru ca ulterior să hotărâm dacă trebuie să-l menținem ori e mai bine să ne distanțăm de el. În acest sens, sunt importante trei amintiri emblematice: una din copilărie, una din adolescență și una din ultimii doi-trei ani. Pentru fiecare dintre cele trei etape de existență, notați-vă câte un film, o povestire, o carte, o piesă de teatru sau o întâmplare ce le corespunde și care a fost importantă pentru dumneavoastră. După ce ați făcut acest lucru, comparați rezultatele. Cele trei amintiri prezintă similitudini? Există o concordanță între ele? Sintetizați într-o frază temele primei și ultimei povestiri, apoi tema povestirii corespunzătoare adolescenței. În final, contopiți cele două fraze într-una singură. Astfel ați cristalizat una din temele principale ale vieții dumneavoastră.

Chibzuiți cu calm și decideți dacă vreți să păstrați în continuare această temă în existența dumneavoastră, dacă vi se pare potrivit s-o dezvoltați sau e mai bine să renunțați la ea. Alegerea vă aparține!

În dumneavoastră sălășluiește o forță creatoare

Câteodată este esențial să ne eliberăm de părerile celor din jur, atunci când vrem să punem în practică ideea unei schimbări. Iată un exemplu: aveți sentimentul că în ultimii ani v-ați petrecut neiertat de mult timp prin baruri și că nu mai gândiți, discutați și simțiți cu intensitatea din vremea adolescenței. La prima încercare de a vă desprinde de gașca veselă, sunteți făcută „cu ou și cu oțet". Probabil auziți comentarii de tipul: „Ah, te crezi dintr-o dată prea bună pentru noi?" Nu bateți în retragere: dacă schimbarea pe care v-o doriți e într-adevăr vitală pentru dumneavoastră, ar trebui să vă căutați un nou cerc de prieteni, mai deschiși și mai toleranți. Pentru aceasta va fi nevoie, firește, de curaj și de un fel de chemare interioară. Însă n-aveți motive să vă temeți că ele nu există: în dumneavoastră sălășluiește o mare forță creatoare. Amintiți-vă de funcția transcendentă din noi, descrisă la începutul părții a doua a acestei cărți: e forța care ne ajută să facem iarăși ceva din (aparent) nimic. Dacă n-am avea-o, nimeni nu și-ar fi putut construi o nouă existență după cel de-al doilea război mondial.

În concluzie: fiți curajoasă! Și începeți să trăiți acea viață pe care o meritați. Ea poate fi plină de realizări și de frumusețe. Trăiți în pace cu dumneavoastră și cu lumea, folosind forța de care vorbeam, ca să faceți numai lucruri bune pentru dumneavoastră și pentru restul lumii.

Lăsați imaginația să prindă aripi!

În acest scop serviți-vă, de pildă, de puterea imaginației. Pur și simplu, închipuiți-vă cum ar arăta viața pe care ați considera-o perfectă. Credeți că n-aveți voie să visați? Cine v-a interzis? Sunteți adultă, deci aveți dreptul să visați cât vă place. În imaginație sunteți liberă să vă închipuiți orice: lucruri impulsive, insolente, exorbitante, lascive și chiar nebunești. Imaginația ne permite să clădim neasemuit de frumoase castele în Spania. Și exact de așa ceva simțim nevoia, ca să putem birui, cu o fărâmă de haz și o scânteie de farmec, traiul nostru cotidian, uneori arid ca un deșert.

Forță și creativitate, idei și intuiție – toate acestea le putem extrage din imaginație. Ea este un izvor ce se revarsă neîntrerupt, atâta vreme cât noi nu împiedicăm acest lucru. Ne deschide spre bucuriile simțurilor, îndemnându-ne să ne revoltăm împotriva frustrării și a rutinei. Imaginația face din noi niște exploratori fericiți, care pornesc la drum sperând să întâlnească surpriza și se întorc din expediția lor, cu o grămadă de impresii proaspete în rucsacuri. Lăsați imaginația să prindă aripi. Dați-i șansa să crească, să poată înflori și să ne învăluie cu miresmele ei amețitor de dulci. Cum o puteți face?

- Deveniți mai receptivă, cu inima și cu simțurile, față de lucrurile cu adevărat frumoase din existența dumneavoastră. Poate fi vorba de contemplarea unui tablou, de aroma frunzelor veștede, căzute de curând, sau de atingerea delicată a unei eșarfe de mătase.
- Descoperiți-vă afecțiunea pentru obiectele ce vă înconjoară. Scorniți povești despre acea masă bătrânească pe care ați văzut-o la târgul de vechituri, ați îndrăgit-o pe loc și ați fi vrut s-o luați acasă. Imaginați-vă persoanele adunate cândva în jurul ei, pe cele ce s-ar așeza acolo dacă le-ați invita și pe cele ce vă vor fi musafiri sâmbăta viitoare.
- Fiți sentimentală. Plângeți la cinematograf, dacă așa vă vine. Abandonați-vă cu voluptate clipelor când compact-

discul tenorului orb Bocelli vă provoacă fiori pe şira spinării. Nici în faţa prietenilor, a familiei şi a colegilor nu vă sfiiţi să vă exteriorizaţi sentimentele şi să vă lăsaţi copleşită de emoţie.

• Surprindeţi-i pe cei din jur cu expresia spontană a sentimentelor care vă animă. Ce credeţi, oare nu se va bucura tatăl dumneavoastră, un domn cam morocănos, dacă vă va auzi pe neaşteptate spunându-i cât de fericită vă face faptul că el există?

• Priviţi oamenii în ochi. Dăruiţi-le căldură, apropiere sufletească şi interes.

• Când staţi de vorbă cu cineva, ascultaţi-l cu atenţie. Interlocutorul încearcă să vi se destăinuie, dar deocamdată sondează terenul cu prudenţă? Daţi-i de înţeles că aveţi auzul suficient de fin ca să percepeţi şi semitonurile discrete.

• Măcar o zi pe lună, faceţi ceva care să vă umple de bucurie. Plecaţi spontan în străinătate, într-o călătorie scurtă, de numai 24 de ore sau închiriaţi o maşină decapotabilă. Plonjaţi temporar într-o existenţă complet diferită de a dumneavoastră, absorbiţi-o prin toţi porii şi definiţi-vă senzaţiile.

• Când şi când, încumetaţi-vă să abordaţi un bărbat necunoscut. Uluiţi-l, chiar dacă e vorba doar de un mic dialog pe teme banale. Lăsaţi-vă condusă de curgerea evenimentelor, acceptaţi să nu ştiţi ce vă va aduce momentul următor.

• Nu vă stabiliţi prea multe reguli în viaţa particulară. Cea profesională este deja suficient de strict reglementată. În consecinţă, mai bine creaţi-vă în spaţiul existenţei personale o contrapondere, o oază, unde veţi avea posibilitatea să trăiţi, să râdeţi după pofta inimii şi să fiţi iubită.

• Aflaţi de ce anume aveţi nevoie ca să trăiţi viaţa din plin. Fiţi inventivă. Poate un suc de portocale de la gheaţă e de ajuns ca să vă transpună într-o atmosferă de vacanţă.

Uneori, lucrurile mărunte, chiar detaliile imateriale vă pot reda în mare parte voioşia şi pofta de viaţă.

• Nu vă lăsaţi niciodată învinsă de rutină. Dacă obligaţiile de peste zi v-au iritat şi v-au stors de vlagă, nimic nu vă împiedică să petreceţi, pentru variaţie, o seară cu floricele şi bere. De ce să n-o faceţi? Vă va procura o anumită satisfacţie. Dar nu comiteţi totuşi eroarea de a vă limita la atât. Păstraţi mereu în mintea dumneavoastră un colţişor disponibil, unde să vă adăpostiţi visurile, dorinţele şi ţelurile. Şi credeţi din toate puterile că ele pot deveni realitate!

Sugestii pentru pescuit şi vânătoare

Una dintre cele mai nostime cărţi apărute în ultimii ani, care tratează într-un mod foarte amuzant tema relaţiei sentimentale dintre bărbat şi femeie, este volumul *Cum pescuiesc şi vânează femeile* al autoarei americane Melissa Bank, publicat în 1999. Capitolul cel mai captivant este, bine-înţeles, acela referitor la pescuit şi vânătoare.

Cutează şi fă-te pescăriţă!

Povestea sună aşa: o femeie caută un bărbat, până acum a tot nimerit-o prost, prin urmare, de astă dată, fiindcă a cunoscut iarăşi un tip atrăgător, s-a documentat citind un ghid practic şi a hotărât să respecte întocmai sfaturile din carte. Teza enunţată în ghidul cu pricina ar putea fi rezumată astfel: Nu înota în iaz cu peştii pe care vrei să-i prinzi, ci cutează şi fă-te pescăriţă. Înlocuind peştii cu bărbaţii, aceasta înseamnă: Nu accepta o prietenie prea strânsă, păstrează distanţa – şi ai să pui mai curând mâna pe ei.

Aşadar, de aici înainte, personajul principal Jane îl ţine consecvent la distanţă pe bietul, îndrăgostitul Robert. Amână

fără milă întâlnirile cu el şi nu răspunde la telefoanele lui deznădăjduite.

De fapt, femeii i se pare stupid să joace un asemenea teatru. Căci ea nu e mai puţin îndrăgostită decât el. Însă crede că e mai bine să n-o arate – vrea doar să-l prindă în undiţă pe bărbatul vieţii sale. Când, într-un târziu, Robert s-a săturat până peste cap de tactica ei de tergiversare şi se gândeşte că ar fi timpul să se lase păgubaş, Jane dă frâu liber felului ei impetuos şi nestăpânit de a iubi – şi, în cele din urmă, îl cucereşte pe Robert printr-un atac furtunos.

Din fericire, Jane nu s-a conformat până la sfârşit ghidului, ci a rămas sinceră faţă de sine şi i-a dezvăluit lui Robert, în al doisprezecelea ceas, sentimentele pe care le avea pentru el.

Desigur, poate fi o înţeleaptă măsură de prevedere să nu-ţi deschizi inima total în faţa unui bărbat chiar din prima clipă, ci să-ţi camuflezi la început emoţiile – până când ştii care este situaţia. Dar în ultimă instanţă, înfrânându-se atât de tare, Jane juca un joc al măştilor. Se purta ca şi cum Robert n-ar fi interesat-o şi asta era s-o coste iubirea vieţii ei.

Îndrăzniţi să vă arătaţi sentimentele

Manifestând interes faţă de un bărbat, ne intensificăm sentimentele pentru el. Dimpotrivă, ascunzându-ne intenţiile în materie de iubire, facem un gest nu numai obositor, dar şi contraproductiv. Totuşi, o mulţime de femei comit exact această eroare: pretind că nu sunt interesate de un bărbat, deşi sunt – pentru că le împinge la asta timiditatea ori teama, sau fiindcă au citit un ghid la modă. Întocmai ca şi Jane: ea a crezut că-l va putea cuceri pe admiratorul ei prin răceală. Însă metoda a dat greş, pentru ca, în final, să triumfe comportamentul ei natural de femeie îndrăgostită.

Curajul de a ne arăta sentimentele înlesneşte enorm apropierea de un bărbat interesant. Nu trebuie să vă fie teamă să mergeţi cât de departe doriţi.

Sentimentele pot fi arătate în diverse moduri: printr-o privire stăruitoare, de pildă. Doamnele mai curajoase deschid o discuţie cu bărbatul care le trezeşte dorinţa. Cele mai îndrăzneţe avansează propuneri şi stabilesc întâlniri. Firesc, acestea sunt numai câteva dintre modurile posibile de a te apropia de un bărbat. De cele mai multe ori, înseşi împrejurările în care se petrece prima întâlnire constituie cei mai buni aliaţi ai înfiripării unei relaţii. De exemplu, fiind invitată în cerc restrâns la sărbătorirea unei zile de naştere şi stând la masă alături de un bărbat simpatic, firesc că vă va fi incomparabil mai uşor să vă apropiaţi de el, decât dacă l-aţi cunoaşte numai din vedere. În cel de-al doilea caz, aţi avea nevoie şi de puţină ingeniozitate.

Este foarte important să vă manifestaţi concret. Imaginaţi-vă că există un bărbat care vă pune pe jăratic. Dar omul n-are cum s-o afle dacă dumneavoastră nu acţionaţi în nici un fel ca să-i deschideţi ochii – de pildă, spunându-i la momentul oportun ce anume doriţi de la el. Reţineţi totuşi: nu daţi buzna! Şi feriţi-vă să-i lăsaţi impresia că v-ar fi un colac de salvare şi destinaţia finală a vieţii dumneavoastră - aşa ceva îi sperie pe cei mai mulţi dintre bărbaţi. De aceea, pentru început, evitaţi cuvintele mari. Nu uitaţi: relaţiile se ţes cu fineţe şi răbdare. Însă câteva fraze plasate la momentul potrivit vă vor arăta cum staţi cu „prinţul" dumneavoastră.

„Ascultă, mi-ar plăcea să fim împreună"

Susanne a fost mult timp singură. Cu toate că şi-ar fi dorit un partener, doar când şi când îi trecea prin minte că ar trebui să-şi caute mai insistent unul. Bineînţeles că accepta invitaţiile primite. Astfel avea prilejul să schimbe câte o vorbă cu un bărbat. Dar de fiecare dată, la sfârşitul serii, tot singură se întorcea acasă. Existau şi bărbaţi care întorceau capul după

Susanne, însă ea nu-i vedea, pentru că ajunsese să creadă că posibilitatea de a-şi găsi un nou iubit ţinea aproape de domeniul miracolului – iar în miracole încetase de mult să mai spere. Aşa s-a întâmplat că, vreme de trei-patru ani, ea a trăit ca o fiinţă fără sex. S-a schimbat din ce în ce, pe nesimţite, îndepărtându-se tot mai mult de feminitatea ei, de plăcerea de a flirta, de ceea ce i-ar fi adus în viaţă prezenţa unui bărbat.

Cotitura s-a produs în momentul când povara suferinţei a devenit de nesuportat: Susanne se mistuia de-a dreptul de dorul iubirii, al voluptăţii şi al mângâierilor. Cei din jur au băgat de seamă că devenea tot mai iritată şi mai irascibilă. Într-o bună zi, n-a mai putut să-şi ascundă durerea: s-a destăinuit către două prietene apropiate. Înţelegând situaţia, ele au sfătuit-o să se arunce cu mai mult curaj în viaţă şi să ia iniţiativa. De atunci încolo, Susanne a ieşit mereu în lume, ca să-şi exerseze deprinderea de „a face cunoştinţă cu bărbaţii".

După o jumătate de an, l-a întâlnit pe Jörg. Jörg era un bărbat pe gustul ei: rezervat şi inteligent, cu înfăţişare plăcută, însă nu genul de seducător hedonist. Susannei îi era clar: cu Jörg şi-ar fi dorit o relaţie. Deoarece el era prieten cu fratele ei, aveau deseori ocazia să se vadă şi, treptat, prietenia s-a înfiripat între ei de la sine. Într-o seară, cum erau singuri, Susanne şi-a luat inima în dinţi şi a îndrăznit să-i spună: „Acum aş vrea să te sărut." Jörg a fost uluit – şi totodată încântat. Nu i se mai întâmplase vreodată ca o femeie să-i vorbească astfel – şi a primit cu entuziasm faptul că ea luase iniţiativa. Restul a decurs foarte simplu. „Ascultă, mi-ar plăcea să fim împreună", a spus Susanne. Jörg a fost sincer. I-a răspuns: „Nu pot să-ţi garantez că lucrurile vor merge bine între noi". Astfel, începutul a fost făcut, iar relaţia s-a dovedit durabilă. În anii ce au urmat, Susanne s-a gândit adesea la deprimarea şi lipsa ei de curaj: „Dacă aş fi ştiut mai devreme ce bine te simţi, când nu-ţi mai ascunzi sentimentele şi, la urma urmei, cât e de uşor să spui cuiva ce ai de spus, m-aş fi putut scuti de multă suferinţă."

Aşadar, a te manifesta concret, cum a făcut-o Susanne faţă de Jörg, înseamnă să pui deschis cărţile pe masă, adică să

mărturiseşti sentimentele pe care le ai pentru cineva, contând pe noroc şi, totodată, fără să iei în tragic o posibilă înfrângere. Firește, pentru aşa ceva ai nevoie de o porţie zdravănă de încredere în tine. Nu mai daţi din colţ în colţ dacă sunteţi convinsă că a sosit timpul să vă întâlniţi fericirea. Apucaţi-o şi nu-i mai daţi drumul: exteriorizându-vă sentimentele şi arătând că sunteţi abordabilă.

Verificaţi-vă socotelile neîncheiate

A te manifesta concret înseamnă, de asemenea, să-ţi verifici aşa-numitele socoteli neîncheiate. Mă refer la acele simţăminte îndelung trecute sub tăcere, care nu-ţi dau pace, de exemplu pentru un prieten de-o viaţă sau un coleg plin de farmec. Ori poate că aceste emoţii secrete vă sunt inspirate de vecinul dumneavoastră. Cât timp nu veţi clarifica sentimentele respective, nu vă veţi da seama ce se ascunde în ele – şi poate fi vorba de multe lucruri, de pildă o exaltare superficială, dar şi o afecţiune mai profundă. Iar de aceasta din urmă ar fi realmente păcat, dacă am lăsa-o să se piardă. Prin urmare, ce-i de făcut cu socotelile dumneavoastră neîncheiate?

În primul rând, nu lăsaţi să le acopere colbul uitării, amintiţi-vă mereu de ele.

- Telefonaţi-i din când în când.
- Ieşiţi-i în cale, ca din întâmplare. Nu-i daţi nici o şansă să vă uite.
- Priviţi-l lung. Păstraţi-vă misterul. Mulţumiţi-vă o vreme doar cu aluzii.
- Îndată ce se oferă un moment favorabil şi simţiţi interes din cealaltă parte, nu ezitaţi totuşi să daţi glas sentimentelor dumneavoastră. Avansaţi cu prudenţă şi vorbiţi despre lucruri pe care v-ar plăcea să le faceţi împreună cu persoana

în cauză: o seară la cinematograf ori la bar, o ieşire la iarbă verde sau o partidă de squash ori de badminton.

- Observaţi-i reacţia cu atenţie. Şovăie cumva? Se sperie? Se retrage? În cazul când remarcaţi ceva de acest fel, respectaţi-i dorinţa. Afecţiunea nu se obţine cu sila.
- Dacă se deschide, cucerirea nu mai este decât o problemă de timp. Dar lăsaţi lucrurile să se desfăşoare în ritmul lor firesc. De foarte multe ori, când vrei totul imediat, nu mai capeţi nimic!

Dacă v-aţi hotărât să porniţi la pescuit şi la vânătoare, înseamnă că puneţi punct izolării, acelei perioade când aţi privit fără teamă faţa uneori hidoasă a singurătăţii. Aţi suportat-o cu eroism şi n-aţi dat bir cu fugiţii. Meritaţi toate felicitările mele: aţi parcurs un proces de maturizare, care v-a ajutat să progresaţi enorm. Aceasta o veţi constata limpede într-o bună zi. Acum ştiţi că aveţi puterea să supravieţuiţi singură, chiar dacă uneori mai şi doare.

Indiferent prin ce aţi trecut încercaţi să nu deveniţi dură. Păstraţi-vă intactă capacitatea de a vă dărui, chiar dacă între timp v-aţi descoperit independenţa pe care, desigur, nici nu trebuie s-o abandonaţi. Nu renunţaţi niciodată la dorinţa firească de a iubi pe cineva. Şi nu vă lăsaţi intimidată de perioadele când totul pare să vă meargă pe dos – orice om a avut de-a face cu ele.

Inamicii unui nou început

Cine vrea să pescuiască şi să vâneze trebuie să se poată dezbăra de un ecou: de teama că va da peste altceva decât doreşte. Acest altceva nu e neapărat bărbatul din faţa noastră. Este eventual acea parte din noi, care crede că cel ce ne-ar putea

deveni partener urmăreşte să ne tragă pe sfoară, să ne pună la colţ sau numai să se joace cu sentimentele noastre.

Dacă aveţi cu adevărat intenţia să o luaţi din nou de la început, ar trebui să vă eliberaţi fără întârziere de toate clişeele pe care le-aţi auzit despre bărbaţi şi femei. Căci bărbaţii nu sunt prin natura lor infideli, neînţelegători sau zgârciţi la vorbă. Daţi oricărei întâlniri o şansă reală, abordând-o relaxată şi fără idei preconcepute. Aceasta înseamnă, printre altele, a-i vedea pe bărbaţi aşa cum sunt uneori, inclusiv slabi, neajutoraţi şi nesiguri.

Bărbaţii nu trebuie să corespundă obligatoriu imaginii consacrate, pe care le-a creat-o societatea. În zilele noastre, unii bărbaţi se lasă cu plăcere ajutaţi de o femeie – şi chiar se mândresc cu asta. Spre asemenea superbe exemplare ar trebui să vă îndreptaţi prioritar atenţia. Ceea ce presupune să vă scoateţi din cap un anume tip masculin, neînfricatul care nu ştie ce înseamnă slăbiciunea şi promite să vă poarte pe palme o viaţă întreagă.

Relaţiile moderne se întemeiază pe egalitate în multiple privinţe. Printre altele, aceasta include şi faptul că, în unele situaţii, femeia poate fi mai puternică decât partenerul ei. De aceea:

- Încordaţi-vă auzul, atunci când un bărbat vorbeşte despre slăbiciunile sale. În acel moment, el vă spune ceva important despre sine, dându-vă posibilitatea să fiţi femeia puternică ce-i stă alături.
- Nu luptaţi cu bărbaţii. Mai bine bucuraţi-vă de ei, ca de nişte fiinţe minunate ce sunt. Revizuiţi-vă temeinic imaginea despre bărbaţi, acordând atenţie şi celor pe care, până acum, i-aţi tratat ca şi cum ar fi fost invizibili.

• Nu refuzați întâlnirile, indiferent cum ar urma ele să se sfârșească. Stați de vorbă cu bărbații, deprinzându-vă să-i înțelegeți și să-i respectați.

• Dacă a sosit momentul unui nou început, aruncați peste bord vechile dumneavoastră reguli. Hotărâți-vă ce anume doriți: să gustați bucuriile vieții ori să vă lipsiți de ele, să ignorați bărbații sau să întoarceți capul după ei.

Atenție, viruși ucigași!

Pe lângă toate acestea, este extrem de important să vă asumați răspunderea pentru dorințele dumneavoastră cele mai însemnate – ca și pentru inima bărbatului pe care vreți să-l cuceriți. Pentru a vă atinge ținta, trebuie să vă feriți de câțiva „viruși ucigași".

Lipsa de curaj

Cel dintâi dintre virușii ucigași se cheamă lipsa de curaj. Cea mai sumbră expresie a lipsei de curaj o constituie profețiile pesimiste, lansate chiar de noi. Cine își bagă în cap convingeri de genul „Nu-mi voi găsi niciodată partenerul potrivit" sau „Precis că am să rămân foarte multă vreme singură", consimte indirect tocmai la lucrul de care se teme. Și asta e periculos. Psihologii cunosc prea bine forța autosugestiei. A-ți repeta mereu că nu vei reuși nimic, până ajungi s-o crezi, înseamnă să alegi calea minimei rezistențe. Infinit mai greu este să nădăjduiești cu toată tăria în „miracolul" de a cunoaște într-o zi un bărbat într-adevăr formidabil, ba mai mult, de a învăța să-l iubești.

Lipsa de curaj îmbracă numeroase forme, de pildă neîncrederea în sine. Cea care se îndoiește de impresia pe care o lasă, de farmecul și de înfățișarea sa, iradiază în jur aceste gânduri negative. Cu siguranță că în cercul cunoștințelor dumneavoastră există femei care nu vă întrec în frumusețe – și, cu toate acestea, au un partener și sunt fericite.

Ca să vă vindecați de neîncrederea în sine, vă recomand un exercițiu foarte simplu: comparați-vă un timp cu persoane care sunt mai puțin frumoase, inteligente sau îndemânatice decât dumneavoastră. Descoperiți calitățile ce vă conferă valoare, definiți-vă unicitatea. Dați-vă seama că sunteți un om minunat, apt pentru dragoste, căruia nu-i lipsește absolut nimic. Aceasta se va reflecta în mod pozitiv asupra farmecului dumneavoastră.

Lipsa de curaj acționează ca o boală contagioasă. De aceea, stați la distanță de oamenii care vă alimentează lipsa de curaj, accentuând-o. De exemplu, puneți capăt „solidarității în suferință" cu prietenele, dacă ea nu constă, în ultimă instanță, decât într-o întârziere reciprocă a convingerii dăunătoare că n-aveți nici o ieșire din situația de femei singure. În schimb, căutați pretutindeni oameni care să vă ofere sugestii benefice de viață, să vă stimuleze și să vă inspire.

Nerăbdarea

Există și alți viruși ucigași, de pildă nerăbdarea. Chiar dacă e dificil să așteptați șansa întâlnirii cu un bulgăre de aur, când e vorba de iubire, zadarnic apăsați pe accelerator. „You can't hurry love", spune un vechi cântec pop și are dreptate: dragostea se ivește când îi place și își face culcuș unde-i convine. Încercați să țineți piept cu calm dorinței dumneavoastră de iubire. Cum? Simțiți că vă arde? Bine –

atunci aşezaţi-vă comod pe canapea şi visaţi. Concentraţi-vă asupra acestui dor intens şi gustaţi-l, chiar cu plăcere. Poate că tocmai el vă va deschide în curând ochii, împingându-vă să ieşiţi în lume, unde se vor produce întâlnirile pe care vi le-a pregătit destinul.

Nerăbdarea este o adevărată otravă pentru o femeie singură. Şi cine se află în faza de început a unei relaţii ar trebui să-şi interzică impulsul de a dori totul pe loc. Aducând prea repede în discuţie căsătoria sau copiii, riscaţi să-l vedeţi pe cel mai promiţător candidat cum dă bir cu fugiţii. De aceea lăsaţi lucrurile să evolueze lent. Acordaţi-vă răgazul necesar pentru a vă deprinde cu situaţia neobişnuită de a conviețui din nou cu cineva. Nu uitaţi: după o perioadă îndelungată de solitudine, nici dumneavoastră, nici partenerului nu vă va veni deloc uşor să vă acomodaţi cu un om pe care abia aţi început să-l cunoaşteţi – cu întreaga lui colecţie de tabieturi şi marote.

Pasivitatea

Un alt virus ucigaş poartă denumirea de pasivitate. Căci, pentru a întâlni bărbaţi şi a reuşi să-i cunoşti, este necesar să ieşi dintre cei patru pereţi, să te învârţi puţin printre oameni şi să intri în contact cu ei. Fireşte că nimeni nu poate face acest lucru fără întrerupere. Şi nici nu e indicat. Undeva, în prima parte a acestei cărţi, am vorbit despre singurătatea pe care trebuie s-o pătrundem şi s-o trăim, pentru a progresa. Ea se caracterizează printr-o mare doză de pasivitate, perfect îndreptăţită. Tihna şi retragerea în sine au întotdeauna justificarea lor. Ele vă pot ajuta să vă refaceţi forţele. Însă, dacă vreţi să schimbaţi ceva în viaţa dumneavoastră, atunci, la un moment dat, trebuie să luaţi iniţiativa. Treceţi la acţiune! Nu

aşteptaţi să înfăptuiască alţii lucruri care vă privesc personal. Deveniţi dumneavoastră înşivă stăpână efectivă a propriei vieţi.

Şanse ce nu trebuie ratate

Cea mai bună cale de a cunoaşte un bărbat este să întreprinzi ceva împreună cu el. Cercetătorii din domeniul psihologiei au constatat că evenimentele trăite în comun, de pildă pe terenul de sport sau într-o călătorie plină de peripeţii, apropie reciproc bărbaţii şi femeile. Totuşi n-avem nevoie de o excursie până în Nepal, pentru a evalua un bărbat şi a-l cunoaşte mai bine. Există acţiuni mult mai simple care au, la rândul lor, un incontestabil efect de apropiere. Nu le rataţi!

Gătiţi împreună

Poate fi o seară cu prietenii, o zi de naştere sau doar o orgie culinară în doi: în oricare dintre aceste cazuri, aveţi posibilitatea să-l observaţi pe bărbatul care vă interesează, literalmente în exerciţiul funcţiunii. Spălatul unei salate, prăjitul peştelui ori fierberea unor spaghete vă vor dezvălui rapid cu ce fel de persoană aveţi de-a face.

Lasă-mă să te las

Bucătăria este locul unde bărbatul îşi trădează adevărata fire. S-ar prea putea să fie un lasă-mă să te las, unul care, în general, nu binevoieşte să mişte măcar un deget. Un asemenea ins nu-şi oferă niciodată voluntar serviciile, ca să le obţii trebuie să-i pui sub nas cuţitul bine ascuţit şi fundul de lemn aferent.

Neîndoielnic, acest contemporan al nostru habar n-are să gătească, ceea ce nu este o dramă. Însă atitudinea lui indică imediat faptul că omul nu e deprins să sesizeze unde există probleme şi unde se poate face util. Lipsa de entuziasm cu care priveşte curăţatul legumelor poate fi extrapolată în alte domenii ale existenţei: nu-i pasă dacă unii se căznesc cu ceva, iar el stă alături, căscând gura. Domnul Lasă-mă să te las preferă să nu se implice în treburile altora.

Altfel stau lucrurile, atunci când ignorantul într-ale bucătăriei îşi mărturiseşte public stângăcia, scuzându-se pentru lipsa lui de pricepere, apoi, însoţit de compasiunea generală, îşi toarnă un Campari şi se retrage cu el pe canapea. Nici acest bărbat nu ştie să gătească dar a învăţat cel puţin să comunice, să împărtăşească altor oameni stările sale, punctele slabe, ca şi cele în care excelează. Prin urmare, cu el poţi spera s-o scoţi la capăt.

Pedantul din bucătărie

La fel de dificil precum genul „lasă-mă să te las" e şi pedantul din bucătărie. Admit că, la prima vedere, pare o achiziţie excepţională, însă numai până ajungi cu el la o controversă (culinară). Pedantul din bucătărie este obişnuit să se afle în permanenţă la pupitrul de comandă. O persoană care insistă să gândească independent n-are ce căuta lângă el. Cine îndrăzneşte să taie din proprie iniţiativă morcovii în rondele subţiri în loc să-i radă, aşa cum îi place şefului, nu va avea parte de linişte în seara respectivă şi, probabil nici de cină. Pedantul din bucătărie are pentru toate planul său propriu şi mai ales o reprezentare precisă: cât de groase să fie feliile de castraveţi, care ulei de măsline este singurul veritabil şi ce fel de farfurii să

nu foloseşti în nici un caz. Aidoma tipului precedent, şi acesta trădează prin stilul său o mulţime de lucruri despre viaţa lui de dincolo de uşa bucătăriei. Posibil ca uneori să fie capabil de gesturi generoase, însă rămâne cu siguranţă inflexibil în chestiunile pe care el le consideră importante. Aşadar, să nu vă treacă prin cap că l-aţi putea îndupleca la un compromis într-o problemă asupra căreia s-a decis deja demult. Dacă vă spune că îşi doreşte o casă la ţară, puteţi să-l credeţi pe cuvânt. Şi, chiar dacă va ajunge să vă iubească, nu se va muta vreodată cu dumneavoastră la oraş. Dacă vă spune că-i plac canapelele îmbrăcate în piele, e inutil să-i puneţi una pluşată.

Pedantul din bucătărie are nevoie să-şi transpună în realitate reprezentările. În personalitatea lui există o nuanţă obsesivă. Aceste reprezentări precise şi adesea rigide sunt menite să-i dea un sentiment de siguranţă, ferindu-l de teama unui eşec. Dacă totuşi sunteţi tentată să vă îndragostiţi de un asemenea pedant, aveţi numai două posibilitaţi: fie să-l acceptaţi cu ciudăţeniile lui cu tot – fie să fugiţi, cât vă ţin picioarele.

Degustătorul

Cel mai frumos lucru ce ţi se poate întâmpla cu un bărbat în bucătărie este să ţi se dezvăluie ca un adevărat degustător. Unul care se bucură de tot ce are de-a face cu gătitul şi cu bucătăria. Chiar şi cumpărăturile făcute împreună cu el sunt o delectare: adulmecă încântat piersicile proaspete, pipăie pepenii ca un specialist şi poate colinda ceasuri întregi magazinele, în căutarea vinului potrivit. În bucătărie, el săvârşeşte întotdeauna un ritual, chiar dacă e singur: din ceremonia gătitului nu pot lipsi, firesc, o sticlă de vin şi o muzică plăcută.

Degustătorul te invită la o sărbatoare continuă. E un autentic virtuoz în arta culinară şi ştie într-adevăr să taie cu tandreţe fiecare pătrăţel de slănină. Apoi, pe cât de afectuos se arată în detaliile gătitului, pe atât de creativ e în dragoste. O da, puteţi să mă credeţi! Dar este şi exigent în aceeaşi măsură. După cum sticla de vin roşu o alege abia după ce a chibzuit îndelung, aşa şi în raporturile interumane nu se mulţumeşte cu orice. Vrea mai mult – şi pe drept cuvânt. Căci degustătorul are, la rândul său, multe de oferit: de pildă, senzualitate cât cuprinde. El posedă talentul de a savura viaţa (ceea ce de altfel, face o profundă impresie asupra majorităţii femeilor). Mai are şi o fire năvalnică ce se revarsă întruna spre ceilalţi, iar, dacă ar fi să-i căutăm noduri în papură, acesta ar fi unul, mic şi drăgălaş: atâta spirit, sare şi piper şi-ar dori fiecare (femeie)...

Totuşi, dacă aveţi norocul să întâlniţi un degustător veritabil – şi există din ce în ce mai mulţi – un lucru ar trebui să faceţi înainte de toate: să-l degustaţi.

Testul unui cerc mai larg

Pe lângă examenul bucătăriei, există şi alte teste la care ar trebui să-l supuneţi pe un bărbat, cum ar fi acela de a-l însoţi la o reuniune oarecare, într-un cerc mai larg.

În alegerea partenerului potrivit, atârnă greu la cântar nu numai felul cum se poartă cu dumneavoastră (căci, dacă vă găseşte pe gustul său, va fi oricum numai zahăr şi miere, ca să vă convingă, rămâne însă de văzut pentru cât timp); tot atât de important este şi cum se comportă faţă de alţi oameni. Aceasta se poate constata cel mai bine, urmărindu-l într-o amestecătură pestriţă de persoane: cu prietenii lui, cu ai dumneavoastră, cu străinii, cu prietenul lui cel mai bun, cu părinţii şi fraţii –

precum şi cu indivizi care te calcă pe nervi, fluturi de noapte, temperamente dificile şi firi optimiste. Observaţi ce atitudine are faţă de cei din jurul său. E atent, accesibil, dispus să ajute? Sau pare mai curând distant, indiferent, dezorientat?

Orator sau cinic?

Psihologii au remarcat ce rol important joacă prezenţa altor oameni în întreţinerea sentimentelor noastre de fericire. Au remarcat totodată că, în general, femeile sunt cele ce stabilesc cu mai mare uşurinţă contacte, în special după o perioadă mai îndelungată de solitudine, ele îşi dau seama cât de valoros este cercul lor de prieteni.

Cu bărbaţii, lucrurile stau puţin altfel. Ei poartă amprenta unei educaţii în spirit autarhic, deşi, pentru cei mai mulţi, aceasta constituie un motiv de suferinţă. De aceea, pentru femeia ce doreşte să pună capăt singurătăţii este esenţail să-l examineze cu maximă atenţie pe bărbatul căruia înclină să-i încredinţeze viitorul său. Se arată interesat de prietenii ei? E dispus să audă şi păsul altuia sau e oratorul neobosit, ce adoră să se asculte vorbind şi ţine să i se dea mereu dreptate? Un bărbat care nu prea vrea să aibă de-a face cu ceilalţi va aştepta în final acelaşi lucru de la partenera sa, ori, cel puţin, va exercita asupra ei o influenţă în acest sens. Vă puteţi imagina că veţi primi frecvent şi cu plăcere musafiri, când partenerul dumneavoastră fuge de lume? Veţi putea rămâne veselă şi spontană, dacă tovarăşul dumneavoastră de viaţă va emite întruna comentarii cinice despre alţi oameni?

Bărbatul sociabil

Fără nici un dubiu: tipul ideal este bărbatul sociabil, care invită el însuşi musafiri acasă, îşi cultivă prieteniile şi nu renunţă la politeţe în relaţiile cu alţii, nici chiar atunci când au apărut probleme.

Căutaţi-l pretutindeni pe acest bărbat! Probabil nu va fi acel excentric seducător, de care v-aţi îndrăgostit în atâtea rânduri până acum (acest tip se preocupă prea insistent de propria persoană, ca să-şi mai poată îndrepta atenţia şi asupra altora). Va fi mai degrabă bărbatul care, la o petrecere, stă mulţumit în bucătărie, taie feliile de castraveţi mai groase ori mai subţiri, după cum a primit comanda, şi tăifăsuieşte bine dispus cu noua lui cunoştinţă, nu neapărat pe teme gastronomice.

Lăsaţi-l să vă ajute!

Există încă o metodă sigură de a descoperi firea unui bărbat: nu pierdeţi ocazia de a-l lăsa să vă ajute. Anticipând puţin, permiteţi-mi să vă spun că majoritatea bărbaţilor se bucură enorm când li se dă posibilitatea să facă ceva pentru o reprezentantă a sexului frumos. În epoca femeilor moderne, puternice, care nu se sfiesc să pună mâna şi pe o bormaşină, atunci când e cazul, numeroşi reprezentanţi ai sexului tare se simt de-a dreptul intimidaţi. Dacă astăzi aparatele electrocasnice rezolvă aproape totul, pentru ce ar mai fi nevoie de ei? Femeile comit o eroare, crezându-se obligate să se descurce singure cu toate problemele lor. Fără îndoială, sunt perioade când exact asta trebuie să faceţi. Cu toate acestea, daţi şi cavalerismului masculin şansa să se manifeste.

Sybill cheltuise o avere cu mutatul. Dar, după despachetarea lucrurilor din cutiile de carton, rămăseseră încă destule de făcut, căci trebuiau instalate lămpile, iar în bucătărie voia să-şi monteze un blat de masă încastrat în perete. S-o facă pe electricianul şi să ridice obiecte grele nu era deloc o treabă pentru Sybill. Tocmai se afla pe punctul de a chema un meşter care i-ar fi cerut cu siguranţă o groază de bani, când i-a sunat la uşă Philipp, un bun prieten. Pomenindu-i în treacăt de lămpi, el şi-a oferit spontan ajutorul. La început, Sybill a stat o clipă pe gânduri, înclinând să-l refuze. Fusese educată să-i deranjeze cât mai puţin pe semenii ei, să nu le devină cumva o povară. Nu era obişnuită să primească, din când în când, câte un mic ajutor. Şi nu ştia cât de plăcut poate fi.

De astă dată, lucrurile au decurs altfel: Philipp a promis să revină în seara următoare, ca să-i monteze lămpile. Ea a încercat să se opună, însă, când Philipp i-a propus să se revanşeze cu o pizza, a sfârşit prin a se declara de acord.

El s-a ţinut de cuvânt. În mai puţin de o oră, toate lămpile erau la locul lor. Pentru blatul de masă, Philipp i-a recomandat un vecin, care executa asemenea lucrări expeditiv şi contra unor sume modice.

În final, cei doi s-au delectat cu o pizza. Gestul lui de prietenie o făcuse fericită pe Sybill. Era bine dispusă şi extrem de mulţumită. În afară de asta, descoperise cu surprindere că Philipp avea mult farmec, atunci când o făcea pe electricianul.

Fiinţe minunate

Bărbaţii fac multe pentru o femeie, dacă li se dă posibilitatea. În ziua de azi, exemplarele superdotate ale speciei feminine creează probleme chiar şi celor mai echilibraţi dintre ei: faptul că nu li se oferă şansa de a-şi proba cavalerismul îi

aduce la exasperare. Dimpotrivă, dându-i unui bărbat sentimentul că avem nevoie de el, îi întărim convingerea că este o persoană importantă pentru noi. Şi în fond, asta-i situaţia: există lucruri la care bărbaţii se pricep mai bine decât femeile. Dar nu e vorba doar de atât, ci în primul rând de a recunoaşte bărbaţii drept ceea ce sunt ei cu adevărat – şi anume, nişte fiinţe minunate, care merită osteneala de a fi descoperite, seduse şi iubite.

Cuprins

Prefaţă 5

I. Ţelul: Visătoarea cu mintea trează

Despre comozi, uituci şi descurcăreţi 8
Lupul în blană de oaie 9
Tipul din rândul doi 10
Ieşiţi din tipare, căutaţi noul 11
Marele eşec 12
„Iată-mă, sosesc!" 12
Cum s-a putut întâmpla? 14
De ce e important să devii o visătoare cu mintea trează 15
Păstraţi-vă simţul realităţii 16
Bulgărele de aur: schiţă preliminară 17
Omagiu pentru un bulgăre de aur 18
Despre paznicii supei şi colţuri liniştite 20
Boala timpului nostru: vidul 21
Viaţa după un perete de sticlă 22

Între resemnare şi marile speranţe 23
Solitarii şi sexul - întâmplări fără sentimente 24
Familia supravieţuieşte 25
Căutând căldura unui cuib 26
E nevoie de omul care să ne iubească 26
„Nu este bine să trăiască omul singur" 27
Alegerea partenerului – un lucru dificil 28
Ce spune evoluţionismul 28
„Dau frumuseţe şi tinereţe pe bani şi putere" 30
Bărbaţii sunt mai puţin exigenţi 31
Sentimentul că aţi pornit în căutare 31
A prins gustul 32
Juma'-juma'... 33
Dorul după piesa de puzzle 33
„Fenomenul Michelangelo" 34
În meserie la fix, în viaţă dai chix 35
Să fac cunoştinţă cu cineva? N-am timp! 36
Nu folosiţi serviciul ca scut 37
De ce îşi aleg femeile bărbaţi nepotriviţi 40
După ce tip alergaţi? 41
Spiritul elevat 41
Amantul latin 42
Priceputul la toate 43
Copilărosul 44

Domnul distins 45
Împielițatul 47
Romanticul 48
Mr Right şi Mr Wrong 49
Cum îl recunosc pe Mr Wrong? 50
Cum îl recunosc pe Mr Right? 51
Femeilor le plac proiecţiile 52
Când dorinţa e prea mare 53
Greşelile femeilor 55
„Îl dau eu pe brazdă" 56
Umbra 58
Conştientul şi inconştientul îşi declară război 58
Orientate spre echilibru şi armonie 59
Viitorul e de genul feminin 61
Bărbaţii, „marii perdanţi ai viitorului" 62
Putem fi fericite şi singure 62

II. Calea: Cum descoperim bulgărele de aur

Cunoaşte-te pe tine însăţi 64
Ţelul suprem: echilibrul interior 65
Să ne împăcăm cu umbra 66
Celălalt eu 66
Feminitatea ca obstacol 68

Relația noastră cu părinții 68
Tatăl absent 70
Examinați-vă imaginea despre bărbați 71
Forța psihicului 73
Funcția transcendentă 73
Priviți-vă succesele cu respect 75
Confruntarea cu durerea 76
Nu David trăiește în noi, ci Goliat 77
Timpul suferinței – timpul înseninării 78
Schimbați-vă radical imaginea despre bărbați 80
Clișeele peste bord 80
Mitul îndrăgostirii 83
Prima necesitate: o schimbare de optică 83
De ce e minunat să ai nevoie de bărbați 84
Recunoașteți că vă trebuie ajutor! 85
Nu vă ascundeți aspirațiile 87
De ce multe femei își abandonează visurile 87
Luați-vă în serios! 89
Îndrăgește-te, chiar dacă ești slabă 90
Deveniți buna dumneavoastră sfătuitoare 91
Trăiește iubind 93
Iubirea poate crește 94
Retușează-ți visul despre bărbatul ideal 97
Comunicarea, o specialitate feminină 98

Să examinăm candidatul 100
Să privim atent și să ne clarificăm 100
Criterii pentru un bulgăre de aur veritabil 101
Tipuri de bărbați – de la tradiționalist până la nesigur 102
Bărbatul tradiționalist 103
Bărbatul de tip nou 103
Bărbatul pragmatic 103
Bărbatul nesigur 104
Visurile femeilor 104
Bărbatul de tip nou – schiță de portret 105
Trăsături de bază ale bulgărelui de aur veritabil 107
Dumneavoastră cum stați? 108
Bărbatul timorat 109
Amurgul bărbaților 110
Distanțarea de clișeul macho 111
Ajutați la nașterea bărbatului de tip nou 113
De ce iubim bărbații 114
Învățați să înțelegeți bărbații 114
Exercițiul 1: „Studiu de teren" la cafenea 115
Exercițiul 2: Cumpărați reviste pentru bărbați 116
Exercițiul 3: Luați la întrebări un prieten bun 116
Exercițiul 4: Priviți-vă cu ochii bărbaților 117
Și acum: la treabă! 118
Stați puțin și cugetați 119

Luați inițiativa – așa merg lucrurile 120
Și bărbații au spaime 122
Idealizările 123
Jurămintele de dragoste 123
Tentativele de reeducare 124
Dependența 124
Jocul măștilor 124
Ieșiți din plictiseală, rutină și frustrare 125
Investigații pe teren propriu 126
Câteva întrebări-test 127
În dumneavoastră sălășluiește o forță creatoare 128
Lăsați imaginația să prindă aripi! 129
Sugestii pentru pescuit și vânătoare 131
Cutează și fă-te pescăriță! 131
Îndrăzniți să vă arătați sentimentele 132
„Ascultă, mi-ar plăcea să fim împreună" 133
Verificați-vă socotelile neîncheiate 135
Inamicii unui nou început 136
Atenție, viruși ucigași! 138
Lipsa de curaj 138
Nerăbdarea 139
Pasivitatea 140
Șanse ce nu trebuie ratate 141
Gătiți împreună 141
Lasă-mă să te las 141

Pedantul din bucătărie 142
Degustătorul 143
Testul unui cerc mai larg 144
Orator sau cinic? 145
Bărbatul sociabil 146
Lăsați-l să vă ajute! 146
Ființe minunate 147

Pentru toate vârstele, cărți fără vârstă!

Exclusiv prin poștă!

Nr. 1 în România!

Taxele poștale suportate de Club!

CLUBUL DE CARTE NICULESCU

România, 781821 – Bucureşti, sector 1
Str. Octav Cocărăscu 79, Tel. 224 24 80 Tel./Fax 222 03 72
E-mail: editura@niculescu.ro Internet: www.niculescu.ro

CE VĂ OFERĂ?

- **CATALOG LUNAR** cuprinzând zeci de titluri de valoare ale Editurii NICULESCU, din cele mai diferite domenii, pentru toate gusturile, într-o ținută grafică şi artistică deosebită.
- **ECONOMIE DE TIMP PRIN SCUTIREA DRUMULUI PÂNĂ LA LIBRĂRIE,** cărțile fiind cumpărate la prețul oficial înscris pe copertă.
- **ACCES DIRECT** la cititorii din **SATE** şi **LOCALITĂȚI FĂRĂ LIBRĂRII**
- **SUPORTAREA TAXELOR POŞTALE** în totalitate de către Club
- **ÎNSCRIERE** şi preluare **RAPIDĂ** a comenzii (în scris, cu precizarea adresei **COMPLETE** – inclusiv cod poştal – şi data naşterii)
- **SERVICIU SUPLIMENTAR** numai pentru membrii Clubului: **COMENZI PRIN TELEFON – 24 DE ORE DIN 24**
- **UN PREMIU SPECIAL (O CARTE GRATUIT), DE FIECARE DATĂ,** pentru acel membru al Clubului care aduce **DOI NOI MEMBRI**

PRIMA OFERTĂ:

• Manuale preparatoare de limba română, istorie, matematică, fizică, chimie,..., pentru bacalaureat, admitere în licee şi facultăți • Manuale, dicționare şi ghiduri de conversație în limba engleză, franceză, italiană, germană, spaniolă etc. • Lucrări de informare şi de utilitate generală pentru orice gospodărie • Cărți pentru copii

După primirea cererii de înscriere, Clubul trimite (gratuit) catalogul lunar

Clubul vă aşteaptă cu bucurie şi speranță!

INFORMARE

DICȚIONAR DE CALCULATOARE ENGLEZ-ROMÂN

N. Ionescu-Crutan

format	ISBN	pagini
13x20	973-568-313-X	240

Cartea conține 6500 de cuvinte-titlu fiind un instrument util, care facilitează înțelegerea comenzilor necesare şi a mesajelor apărute în procesul lucrului cu computerul.

LAROUSSE

DICȚIONAR DE INFORMATICĂ

Coordonare: Pierre Morvan

Tratând 1000 de termeni, clarifică, într-o manieră simplă şi accesibilă, sensul cuvintelor vocabularului de bază al informaticii.

format	ISBN	pagini
13x20	973-568-312-1	432

LAROUSSE

DICȚIONAR DE CURENTE PICTURALE

format	ISBN	pagini
17x24	973-568-367-9	344

Realizată de o echipă de specialiști (muzeografi, profesori universitari, istorici de artă), lucrarea prezintă curentele, tendințele şi mişcările picturale, de la goticul internațional la Moii fauvi, de la manierism la suprematism şi la realismul socialist.

DICȚIONAR DE MITOLOGIE

George Lăzărescu

format	ISBN	pagini
13x20	973-568-230-3	256

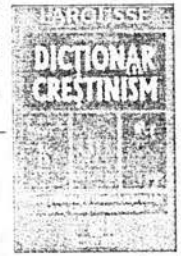
O carte de cultură generală ce îşi propune să pună la dispoziția cititorului noțiuni şi cunoştințe privind personajele din mitologia universală.

LAROUSSE

DICȚIONAR DE CREŞTINISM

– noțiunile fundamentale ale creştinismului –

Fernand Comte



În această lucrare se regăsesc coordonatele esențiale ale credinței creştine, mai precis ceea ce motivează şi transformă mentalitățile şi atitudinile. Iisus rezuma întreaga morală prin cuvintele: „Să iubeşti pe Domnul Dumnezeul tău din toată inima şi din tot sufletul tău şi din toată puterea ta şi din tot cugetul tău, iar pe aproapele tău ca pe tine însuți." (Luca 10,27)

format	ISBN	pagini
13x20	973-568-315-6	352

INFORMARE

COPII ADULȚI PĂRINȚI ADULȚI

– sfaturi practice pentru relații bune între oameni maturi –

Phyllis Lieber, Gloria S. Murphy, Annette Merkur Schwartz

Volumul oferă diverse metode practice pentru dezvoltarea unor relații satisfăcătoare între părinți și copiii deveniți adulți.

format	ISBN	pagini
13x20	973-568-386-5	208

MĂ PLICTISESC, MĂMICO...

127 de jocuri amuzante și educative pe care copilul le poate juca

Cynthia MacGregor

Dacă copilul dumneavoastră nu are cu cine să se joace, iată o carte plină de răspunsuri la săcâitorul plânset: *„Nu am cu cine să mă joc, mămico!"* Volumul cuprinde o gamă largă de activități distractive și educative.

format	ISBN	pagini
13x20	973-568-375-X	224

NOUL SEX PESTE 40 DE ANI

dr. Saul H. Rosenthal

Practician experimentat din SUA în domeniul terapiei sexuale, dr. Saul H. Rosenthal oferă în acest volum soluții viabile problemelor de natură sexuală cu care se confruntă cei ce au depășit vârsta de 40 de ani.

format	ISBN	pagini
13x20	973-568-389-X	272

TESTE DE IUBIRE

– spre o viață de cuplu armonioasă și fericită –

Virginia Rutter Pepper Schwartz

Reputați sociologi și psihologi americani au aprofundat întreaga problematică legată de viața de cuplu, concentrând spre beneficiul celor interesați chestionare-test, prezentate în această carte.

format	ISBN	pagini
13x20	973-568-391-1	224

ALINARE ȘI VINDECARE PRIN REFLEXOLOGIE

Ann Gillanders

format	ISBN	pagini
17x24	973-568-387-3	140

Prin această carte, Ann Gillanders, o practiciană experimentată, vă pune la dispoziție cunoștințele teoretice și tehnice necesare practicării reflexologiei.

TESTE DE CULTURĂ GENERALĂ

Silviu Constantinescu

format	ISBN	pagini
13x20	973-568-355-5	160

Fiind destinată tuturor vârstelor, lucrarea conține: informații variate, 1500 de întrebări și răspunsuri din diferite domenii, peste 500 de teme din literaturile română și universală.

MANIPULATORII SUNT PRINTRE NOI

Cine sunt ei? Cum să ne ferim de ei?

Isabelle Nazare-Aga

format	ISBN	pagini
13x20	973-568-317-2	336

Cine sunt acești manipulatori? Cum procedează ei ca să ne țină în puterea lor? Care sunt posibilitățile de a ne pune la adăpost de acești teroriști sentimentali? În acest studiu percutant, autoarea dă un răspuns acestor întrebări și ne arată în ce măsură manipulatorii ne înconjoară.

TOTUL DESPRE ALIMENTAȚIA SĂNĂTOASĂ

Radu M. Olinescu

Volumul se adresează tuturor celor interesați de o mai bună informare asupra problemelor și cuceririlor alimentației, prin prezentarea ultimelor descoperiri științifice în scopul menținerii unui regim alimentar echilibrat.

format	ISBN	pagini
17x24	973-568-371-7	272

O ISTORIE ZBUCIUMATĂ A POPORULUI EVREU

Dragoș Ilinca

Încă de la începuturile sale, mișcarea sionistă și-a propus un scop, considerat de unii critici negativiști ca fiind cu neputință de atins – crearea unui stat, în care poporul evreu să-și găsească refugiul în fața opresiunii antisemite.

format	ISBN	pagini
17x24	973-568-320-1	320

JAPONIA SE SCUFUNDĂ?

Neagu Udroiu

format	ISBN	pagini
13x20	973-568-132-3	264

Prima carte născută din carnetele ce l-au însoțit pe autor pe drumeagurile nipone, stimulat de convingerea că viitorul națiunii este legat de nedumeririle și grijile zilei de azi.

COREEA DE SUD ȘI VEACUL PACIFICULUI

Neagu Udroiu

format	ISBN	pagini
13x20	973-568-187-0	312

„Coreea de Sud m-a sedus cu deosebire și iată-mă în situația de a spune ce am înțeles din experiența sa așezată pe coama a câtorva decenii."

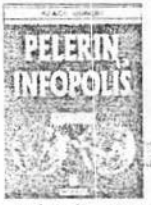
CHINA

– dragonul pe roți –

Neagu Udroiu

format	ISBN	pagini
13x20	973-568-157-9	244

Prin paginile de față, cititorul are ocazia să vadă alături de autor, atât cât a reușit să cuprindă din *trecutul* chinez, să pășească prin *prezent* și să caute a întrezări *viitorul*.



PELERIN LA INFOPOLIS

Neagu Udroiu

format	ISBN	pagini
17x24	973-568-330-X	384

Infopolis este cetatea spre care aleargă ziaristul, absorbit de multele lucruri pe care le are de văzut rămânând neputincios în a se decupla de respirația evenimentului și de nevoia de disciplină în relația cu centrul de comandă al redacției.

ANGROSIȘTI ÎN PIAȚA INFORMAȚIEI

Neagu Udroiu

format	ISBN	pagini
17x24	973-568-329-6	448

Agențiile de știri patronează de aproape două veacuri piața publică a informației. Cu ele începe, de regulă, drumul spre ziua al stării noastre de cetățeni planetari ce ne dorim a ști pe ce lume trăim.

LA SUD DE RIO GRANDE

Lumea nouă – cinci veacuri de nesiguranță

Neagu Udroiu

format	ISBN	pagini
13x20	973-568-236-2	272

Cartea prezintă spațiul latino-american caracterizat printr-o eterogenitate considerabilă și anume întindere geografică, factor demografic, resurse naturale, potențial economic, putere militară.